آیورویدک

فارماکوپیا

مؤلف
کویراج وید پرکاش بی۔ اے۔ آیوروید سسٹ

آیوروید کے مشہور مستند گرنتھوں کا نچوڑ

آسان زبان میں

آیورویدک فارماکوپیا

مؤلف

کویراج وید پرکاش بی اے آیورویدسٹ

ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر

شائع کردہ

اشوک آیورویدک فارمیسی

۲۴ راکانی مارکیٹ امرتسر

تعداد .. .. .. ایک ہزار

اشاعت . .. .. اوّل

سن ۱۹۶۱ء

قیمت

دو روپے

راما آرٹ پریس سنتوکھ سر امرت سر میں باہتمام گیانچند برہمی پرنٹر کے چھپا

کتبہ:۔ رام بھایا پترتھ

ڈیڈیکیشن

اُن معالجوں کے نام

جو دیسی طِب میں یقین رکھتے ہیں

اور

خدمتِ فن کیساتھ عوامی صحت و تندرستی کو مُقدم

خیال کرتے ہیں

تعارُف

کوبراج ویدپرکاش بی تلے میرے عزیز ہیں۔ اگر مَیں اُن کی ذاتِ باصفات کے متعلق کچھ عرض کروُں تو یقیناً اسے مدحت طرازی پر محمول کیا جائے گا۔ مگر چُونکہ سچائی کا اپنا وجُود ہے اسلئے ہم آفتابِ عالم تاب کو مہرِ درخشاں ہی کہیں گے۔ اگر ہم ہر حقیقت کو بجنسہٖ بیان کر دیں تو یہ عین حقیقت نمائی تصوّر ہوگی۔ اور یہ بھی ایک واضح اصلیت ہے کہ وید پرکاش جی کا شمار اُن کامیاب ترین ماہرینِ فن ویدوں میں سے ہے جو اعلیٰ تعلیم کے حصُول کے بعد "آیورویدٗ" کی ترویج و خدمت کیطرف مائل ہوئے۔ مخفی نہ رہے کہ تمام علوم و فنُون میں طبابت کا فن، ایک ایسا مقدس و افضل ہُنر ہے جسے دیگر علوم پر برتری و فوقیت حاصل ہے۔ طبیب یا ویدؔ مایوس العلاج مریض کو صحت و تندرستی سے ہمکنار کراتا ہے اور اُسے زندہ رہنے کی تلقین کرتا ہے زندگی و صحت دونوں بیش بہا نعمتیں ہیں۔ اوّل الذکر ایشور کی قدرت و اختیار میں ہے اور مؤخر الذکر وید کے ہاتھوں میں ہوتی ہے۔ یہاں ویدؔ سے مُراد عطائی نہیں، بلکہ تجربہ کار و تربیت یافتہ ویدؔ سے ہے۔ جو صحیح معنوں میں ویدؔ کہلانے کا مُستحق ہو۔

وید پرکاش جی قدیم گرنتھوں کے ساتھ ساتھ جدید طبی نظریات سے بھی کما حقہٗ آشنا ہیں وہ موصُوف کی دُور رس نگاہوں میں عقابی بصیرت ہے جو آسمانِ طب کی فضائے بسیط پر مرکوز ہے۔ تالیف ہٰذا ان کی بلند پروازی اور قوّتِ فکر و عمل کی عمدہ مثال ہے مَیں یہاں انکی ذہانت اور ہمت و جرأت کی داد دیئے بغیر نہیں رہ سکتا۔ میری تمنّا ہے کہ ویدجی جذبِ دل کیساتھ آیوروید کا پرچار کریں تاکہ غریب ہندوستانی عوام کو آیورویدک طریقۂ علاج میں افادیت اور مقدس ویدوں کا جاہ و جلال نظر آ جائے۔

خادمِ آیوروید۔ شری دھرما پادھاری



کویراج وید پرکاش بی اے۔ آیورویدیسٹ



Ayurvedacharya :

Pt. Shridhar Mayadhari Ji

SHASTRI

Principal :

PANCHANAD AYURVEDIC COLLEGE

Ex-President

Punjab Provincial Ayurvedic Congress,

AMRITSAR.

پیش لفظ

طبِ آیوروید کے اِس عالمِ انحطاط میں جبکہ اِس مقدس اور عظیم فن کی چاروں اطراف سے ناقدری ہو رہی ہے خدشہ ہے کہ کہیں یہ علم رفتہ رفتہ ناپید بلکہ معدوم ہی نہ ہو جائے۔ جیمز اوّل کے عہد میں شاہی کتب خانے کی جانب سے برٹش فارماکوپیا جیسی جامع اور مبسوط کتاب کی اشاعت ہوئی تھی۔ چنانچہ پہلا نسخہ ۱۸۶۴ء میں طباعت پذیر ہوا۔ اور ازاں بعد مزید اضافے ہوتے رہے۔

ہندوستان میں ۱۸۴۴ء میں حکومتِ بنگال نے بھی بنگال فارماکوپیا شائع کیا تھا۔

۱۸۶۸ء میں وزیرِ ہند کے حکم سے ایک انڈین فارماکوپیا وجود میں آیا۔

میری اِس تالیف کا سب سے بڑا محرک یہی برٹش فارماکوپیا ہے۔ جہاں تک میری دانست کا تعلق ہے آیوروید کا اُردو زبان میں کوئی مستند اور جامع فارماکوپیا موجود نہیں میں نے اِس خامی کو بہ شدت محسوس کیا ہے۔ میرا لائحہ عمل یہ ہے کہ اطبائے نامدار بالخصوص عوام کو آیوروید کی افادیت اور اہمیت سے کماحقہٗ روشناس کرایا جائے۔ مقصدیت کے لئے بلا کسی ذاتی مفاد وسیع القلبی کیساتھ آیوروید گرنتھوں کی اشاعت کیجائے۔ بھاری بھرکم گرنتھوں کا مطالعہ کرنا ہر ایک کے بس کا روگ نہیں۔ اوّل تو اصل گرنتھ ناپید ہیں دوسرے اِن کی زبان اِس قدر مشکل ہے کہ عام قاری کے احاطۂ ذہن میں وارد ہی نہیں ہو سکتی۔

میں نے بیشتر گرنتھوں کا آپس میں موازنہ کرکے معلوم کیا ہے کہ ایک ہی نام

کے دیگر گرنتھوں میں بھی بڑا تضاد اور تفاوت ہے۔ ایک نسخہ جو کسی گرنتھ میں درج ہے وہ نسخہ اُسی نام کے دوسرے گرنتھ میں مختلف نظر آتا ہے۔ میں نے کافی جستجو تحقیق اور غور و مطالعہ کے بعد اشوک آیوروید فارماکوپیا مرتب کیا ہے۔ اِس میں مندرج نسخہ جات بالکل صحیح اور معتبر ہیں —— آیوروید کی ترویج و ترقی کے سلسلہ میں تالیف ہٰذا ایک مضبوط کڑی ہے

یقینِ کامل ہے کہ اہلِ ہنر اور اربابِ فن میرے عزم کا بخوشی خیر مقدم کریں گے۔ فارماکوپیا میں وہی مجربات شامل کئے گئے ہیں جو اشوک آیورویدک فارمیسی کے معمولات میں داخل ہیں اور ان کی ہزارہا بار تصدیق ہو چکی ہے۔

مؤلف

کویراج ویدپرکاش بی اے

طبِ آیورویدکی قدیم تاریخ

قدیم گرنتھوں کے مطابق آیورویدطِب کی ابتداء تین لاکھ پچاس ہزار سال قبل برہماجی نے کی تھی۔ برہماجی نے رفاہِ عام کے افادہ کی غرض سے ایک گرنتھ تحریر کیا۔ اِس آیوروید گرنتھ میں زندگی کی کمی وبیشی۔ اعادۂ شباب (کایاکلپ) اور حصولِ صحت وحیات کے دقیق اصُول اور ذرائع درج تھے۔ برہماجی کی یہ اوّلین تصنیف ایک سو ابواب پرُمشتمل تھی۔ جن میں ایک لاکھ شلوک تھے۔ یہ مایۂ ناز گرنتھ نایاب تھا۔ بعض مورّخین ومحقّقین فرماتے ہیں کہ اِس عظیم القدر گرانمایہ گرنتھ کی مہک سُشرت کی تصنیف میں پائی جاتی ہے۔

برہماجی سے اِس فنِ مقدّس آیوروید کو برہم دیو نے حاصل کیا (برہم دیو کو دکھش پرجاپتی بھی کہتے ہیں۔ یہ مہادیو کے سُسر تھے۔) دکھش نے اپنی فہم وفراست سے دکھش سنگھتا نامی آیوروید گرنتھ تحریر کیا۔ ترویجِ علم کے لئے اُس نے اشونی کماروں کو جو کہ دو ہمزاد بھائی تھے یہ پُراسرارِ علم ودیعت میں دیا۔ اشونی کماروں کے والدِ ماجد بھگوان سُورج اور والدہ چھایا تھی۔

دونوں بھائی آیوروید میں اتنی مہارت اور کمال رکھتے تھے کہ دیوتاؤں نے ان کی فضیلت سے متاثر ہو کر انہیں اپنا راج وید مقرّر کیا۔ طبابت کے علاوہ دونوں بھائی جراحی (سرجری) کے فن میں بھی مُشتاق تھے۔ روایت ہے کہ دکھش پرجاپتی نے ایک بار مہا یگیہ کیا جس میں تمام دیوتاؤں نے شرکت کی مگر مغرور نے اپنے داماد مہادیوجی کو دعوت نامہ نہ بھیجا۔ مہادیوکی رفیقۂ حیات بِن بلائے اپنے والد یعنی دکھش پرجاپتی کے ہاں چلی آئی۔ وہیں اُس نے اپنے شوہر بھگوان شنکر مہادیوجی کی توہین وتذلیل کا منظر دیکھا تو یگیہ کی آگ میں ہی کُود کر زندہ جل کر خاکستر ہو گئی۔

اِس واقعہ کی جب مہادیوجی کو خبر ملی تو انہوں نے ویربھدر کو بھیجا۔ ویربھدر نے آتے ہی یگیہ شالا کا نظام درہم برہم کر دیا اور جوشِ غضب میں آ کر دکھش پرجاپتی کا سرتن سے جُدا کر کے یگیہ کی آگ میں جلا ڈالا۔ جوشِ انتقام فرو ہونے پر دیوتاؤں نے اپنے راج وید اشونی کماروں سے درخواست کی کہ وہ اپنے استادِ محترم دکھش کا سر دوبارہ جوڑ دیں۔ چنانچہ اشونی کماروں نے بکرے کا سر لے کر دھڑ میں اِس طرح جوڑا کہ سب مبہوت رہ گئے۔ تب سے یہ دونوں بھائی دیوتاؤں کو اور بھی زیادہ عزیز ہو گئے۔ دونوں بھائیوں کی فنّی قابلیت اور مہارتِ تامہ کو دیکھ کر سُورگ کے راجہ اِندر کو بھی اِکتسابِ فن کا شوق چرایا۔ اشونی کماروں نے راجہ اِندر کو آیوروید میں کامِل بنا دیا۔ رفتہ رفتہ جب اِس علمِ مقدّس کو زوال آنے لگا تب سب دیوتاؤں کو فکر دامنگیر ہُوا۔ انہوں نے ہمالیہ پربت پر ایک عظیم اِجتماع کیا۔ مُتفقہ فیصلے کے مطابق مہرشی بھاردواج سے استدعا کی گئی کہ وہ مہاراج اِندر سے یہ فن حاصل کر کے اِسے فروغ دیں۔ بھاردواج رِشی نے آیوروید وِدّیا سیکھ کر دُوسرے رِشیوں کو بھی اپنا ساتھی بنا لیا۔ اِن ساتھی رِشیوں میں سے اترے رِشی نے اِس فن میں بڑا طولے حاصِل کر لیا۔ جراحی میں خصُوصیّت سے کمال حاصل کیا تھا۔ اُنہوں نے آیوروید پر بہُت سی کتابیں بھی لکھیں۔ جن میں اترے سنگھتا مشہُور گرنتھ ہے۔

"اترے سنگھتا" پانچ ابواب پر حاوی ہے۔ گرنتھوں میں اِسے بڑا رُتبہ حاصل ہے۔ مہرشی اترے جی کے چھ مشہُورِ زمانہ ہونہار شاگرد تھے جن کے نام درج ذیل ہیں۔

۱۔ اگنی ویش ۲۔ بھیل ۳۔ جاتوکرن ۴۔ براشر ۵۔ ہاریت۔
۶۔ کیشر پانی۔

اترے جی کے تمام عالِم فاضل شاگردوں نے کتابیں تصنیف کیں۔

شومیٔ تقدیر اُس عہد میں کوئی ایسی وباء نازل ہُوئی کہ یہ آیوروید کا فن زوال پذیر ہونے لگا۔ قادرِ مُطلق حکیم کائنات بھگوان وشنو کے مشورہ سے دیوتاؤں اور راکھشسوں

نے اپنے اپنے تحفّظ کے لئے سمندر کو بلو کر آبِ حیات (امرت) اور دیگر قیمتی جواہرات نکالنے کی سعیٔ حاصل کی۔ جسے پُرانوں اور عُرفِ عام میں "امرت منتھن" بھی کہتے ہیں چنانچہ ایک قوی الجثہ، طویل القامت سانپ واسُو کی ناگ کو بِندھیا چل پربت کے اِردگرد لپیٹ کر سمندر کے بیچ کھڑا کیا گیا۔ قادرِ مطلق بھگوان وِشنُو نارائن نے اپنا ایک دُوسرا وجُود کچھوا بنایا اور کھیپ اوتارے کر سمندر کے نیچے چلے گئے تاکہ مُسلسل جُنبشوں سے مندھیا چل پربت تحت الثریٰ یعنی پاتال میں نہ دھنس جائے۔ واسُو کی ناگ کے مُنہ کی طرف راکھشس کھڑے تھے اور دُم کی جانب دیوتا ــــــ سانپ کی زہریلی پھُنکاروں کے سبب راکھشس سیاہ فام ہو گئے۔ بالآخر سمندر بلونے سے چودہ نایاب رتن برآمد ہوئے۔ جن میں شراب، چاند، کلپ ورکھش۔ ایراوت ہاتھی۔ اُچی شروا نامی گھوڑا۔ لکشمی (دولت) وِش (ہلاہل) کوس تبھ جواہر۔ اپسرا۔ کام دھینو گائے۔ کمان دیتر اور مہاراج دھنونتری ویدامرت کا گھڑا لئے تھے۔

بعد میں اِن چودہ رتنوں کی تقسیم یُوں ہُوئی کہ لکشمی بھگوان وِشنُو نے لے لی۔ امرت دیوتاؤں نے لے لیا اور دُوسری اشیاءِ گرانقدر بھی تقسیم ہُوئیں۔ مگر وِش (ہلاہل۔ زہر) کو نہ تو دیوتاؤں نے قبول کیا اور نہ ہی راکھشس اِسے پینے پر راضی ہوئے۔ تب بھگوان شنکر مہادیو جی نے مُسکرا کر وِش کو اپنے حلق میں اُتار لیا۔ جس سے اُن کا گلا نیلے رنگ کا ہو گیا۔ اِسی مناسبت سے بھگوان شنکر کو نیل کنٹھ یعنی نیلے گلے والا بھی کہتے ہیں۔ مشہور ہے کہ بھگوان شنکر نے جس وقت وِش (سمِ قاتل) کو قبول کیا تو اُس وقت پیتے پیتے جو چند قطرے زمین پر گِرے اُن کے زہریلے اثر سے سانپ بچھُو وغیرہ حشرات الارض پیدا ہوئے۔ اور مہاراج دھنونتری ربّ الشفاء یعنی آیورویدک دیوتا کے نام سے مقبُول ہوئے۔ اہلِ ہنود کے نزدیک دھنونتری جی کا وہی رُتبہ ہے جو اہلِ یُونان میں اسقلیبوس کا مقام ہے۔

دیوتاؤں کی اِلتجا پر دھنونتری جی نے دُنیاوی اِنسانوں کی صحت۔ تندرستی اور

زِندگی کے لئے کاشی میں ایک راجہ کے ہاں جنم لیا اور دیوداس کے نام سے اِس فرضِ مقدّس کو سرانجام کیا۔ بعینہٖ یہی حکایت سشرت میں بھی مرقُوم ہے۔ مگر گرڑ پُران میں اِس واقعہ کو یُوں پیش کیا ہے کہ دیوداس دھنونتری جی کی بجائے اُن کی چوتھی پُشت کی اولاد ہے۔ اکثر محققین رقمطراز ہیں کہ مہاراج بکرمادتیہ کے عہدِ حکومت میں ایک اور دھنونتری ثانی ہو گُذرا ہے۔ اِسی نے راج نگھنٹو نامی گرنتھ تصنیف کیا تھا۔ دیوداس کے شاگردوں میں سُشرت نامی جرّاح ہُوا ہے۔ سُشرت وِشوامتر رِشی کا لختِ جگر تھا۔ اسکی مشہور کتاب سشرت سنگھتا ہے جو اِس زمانے میں بھی دستیاب ہے۔ مگر موجُودہ سشرت سنگھتا میں کافی ترامیم کی ہوئی معلُوم ہوتی ہیں۔ مہرشی چرک بھی کاشی میں پیدا ہوئے تھے۔ مؤرّخین کا بیان ہے کہ آغازِ عالم میں ہی ان کا ظہور ہُوا تھا۔ اکثر مختلف الرائے ہیں کہ وُہ حضرت یسُوع مسیح علیہ السّلام سے ۳۲۰ برس قبل پیدا ہوئے تھے۔ بہرحال وُہ قابل ترین آیورویدِ معالج اور ایک کامیاب وید تصوّر کئے جاتے ہیں۔ جنہوں نے آیوروید کو زندہ جاوید بنانے کے لئے بیحد کوشش کی اور اپنی تمام تر محنت کو چرک سنگھتا میں جذب کر دیا۔ چرک سنگھتا ان کی مشہور کتاب ہے۔ بعض علمائے فن کہتے ہیں کہ چرک رِشی کشمیری النّسل تھے۔

واگ بھٹ اوّل۔ علاقہ سندھ حال پاکستان میں پیدا ہُوا اور آیوروید میں کمال پیدا کر کے محبُوبِ عام بن گیا۔ اِس کی کتاب "اشٹانگ ہردے" کے نام سے مقبُول ہے۔ تاریخ دانوں نے اس کا عہد دو سو برس قبل از مسیح بتایا ہے۔

شارنگدھر۔ غالباً آٹھویں صدی عیسوی میں پیدا ہُوا۔ اِس نے علم الادویہ (جڑی بُوٹی) پر شارنگدھر گرنتھ لکھا۔ یہ اعلیٰ گرنتھ آج بھی داخلِ نصاب ہے۔

مادھو آچاریہ۔ بمقام گولکنڈہ کا باشندہ تھا۔ اِس نے آیوروید پر مادھو ندھان نامی پُستک لکھی جو ایک مستند گرنتھ ہے۔ اِسی گرنتھ کا عربی

ترجمہ خلفائے عباسیہ کے عہد میں ہوا تھا۔

واگ بھٹ ثانی۔ اس نے اشٹانگ ہردے کی تقلید میں اشٹانگ ہردے سنگھتا لکھی تھی۔

بھاسکر بھٹ۔ قابل وید تھا۔ اس نے شریر پدمنی نامی گرنتھ لکھا۔

چکردت پانی۔ ۱۰۶۰ء میں پیدا ہوا اور چرک وسشرت کے گرنتھوں کی شرح لکھی۔

بھاؤ مشر۔ ۱۵۵۰ء میں اس وید راج بھاؤ پرکاش گرنتھ لکھا۔

زہری۔ کشمیری النسل تھا۔ جس نے راج نگھنٹو (عالم المفردات) پر جامع گرنتھ لکھا تھا۔ فارسی میں اسی گرنتھ کا ترجمہ بعنوان بستان المفردات ہے

لارڈ ایمپل اپنی کتاب میں تحریر کرتا ہے کہ علم طب ہندوستان سے ہی عرب تک پہنچا تھا۔ ہندوستان آیوروید طب کا منبع ہے۔

سر ولیم ہنٹر لکھتے ہیں کہ عربی طب کی تصانیف سنسکرت میں لکھی ہوئی آیوروید کتابوں کا ترجمہ وغیرہ ہیں۔ جن کے تراجم زیادہ تر خلفائے بغداد بالخصوص خلیفہ ہارون الرشید کے عہد میں ہوئے تھے۔ شیخ بوعلی سینا۔ ابومحمد ذکریا رازی کی کتابیں بھی چرک وسشرت کی تعریف کرتی ہیں۔

ابومحمد ذکریا رازی نے چرک رشی کو طب میں امام تسلیم کیا ہے اور اثبات کے لئے بعض مقامات پر حوالے بھی دیئے ہیں۔

ہرشی چرک کے گرنتھ کا سب سے پہلا ترجمہ پہلوی زبان میں ہوا تھا۔ بعد میں عبداللہ بن علی نے اس کتاب پر ایک سیر حاصل شرح لکھی۔ اور فارسی ترجمے کو عربی کا لباس عنایت کیا خلیفہ منصور نے بھی بہت سی کمیاب طبی اور علمی کتابوں کے ترجمے کرائے تھے :: آیوروید کا فن ابتدائے آفرینش سے ہی مروج ہے اور جملہ پیتھیوں کا منبع و سرچشمہ ہے دوسری تمام پیتھیاں فی الحقیقت اسی آیوروید کی شاخیں ہیں جو شکل و صورت سے اس قدر مسخ ہو چکی ہیں کہ انکی پہچان بھی مشکل ہے۔ (مؤلف)

فہرست

آسوارشٹ

آسو اور ارشٹ بنانے کی ترکیب

مرض کے علاج کا سب سے بڑا ذریعہ دواسازی ہے۔ جیسیں تازہ جڑی بوٹیوں سے حاصل کردہ رس (عصارہ) استعمال کئے جاتے ہیں۔ چونکہ ہر موسم اور ہر خطے میں تازہ جڑی بوٹیاں ہر وقت دستیاب نہیں ہو سکتیں لہٰذا اس مشکل کو آسان کرنے کے لئے بوٹیوں کو خشک کر کے انہیں قابلِ استعمال بنایا گیا۔ تاکہ بوقت ضرورت ان بوٹیوں کے کاڑھے سے علاج معالجہ کیا جا سکے۔

کاڑھوں کو ایک عرصہ تک کارآمد، مفید اور موثر بنانے کے لئے ضروری ہے کہ انہیں محفوظ (PRESERVE) کیا جائے۔ چنانچہ کاڑھوں کو دیر تک بااثر و مفید رکھنے کے لئے آسو یا ارشٹ کا طریق کار ایجاد ہوا۔

آسو ارشٹ کا سب سے بڑا مقصد یہ ہے کہ غیر موسمی اور غیر علاقوں کی بوٹیوں کے قیمتی جوہر کاڑھوں کی شکل میں دیر تک محفوظ رہ سکیں اور ہر موسم اور ہر علاقہ میں بلاخوف و خطر استعمال کئے جا سکیں۔ بوٹیوں کے رس یا کاڑھے آسو یا ارشٹ کی صورت میں ایک مدت تک محفوظ اور غیر متعفن رہتے ہیں۔ نیز ان میں وہی خوبیاں اور اوصاف ہوتے ہیں جو ایک تازہ بوٹی کا خاصہ ہے۔

آسو یا ارشٹوں کو خراب یا بدبودار ہونے سے بچانے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ ان میں الکحل کا جزو پیدا کیا جائے۔ اس غرض کے لئے رس یا کاڑھوں میں مناسب مقدار میں کھانڈ، گڑ یا شہد کی آمیزش کی جاتی ہے تاکہ خمیر اٹھایا جائے۔ خمیر اٹھنے سے آسو یا ارشٹ میں الکحل پیدا ہو جاتی ہے جس کا فعل رس یا کاڑھے کے اجزاء مؤثرہ

کی مکمل حفاظت کرتا ہے۔

آسو اور ارشٹ میں فرق

آسو اور ارشٹ میں یہی تفاوت ہے کہ آسو صرف تر و تازہ جڑی بوٹیوں کے رسوں سے تیار کیا جاتا ہے اور ارشٹ خشک بوٹیوں کے کاڑھوں سے تیار ہوتا ہے۔

آسو ارشٹ کے برتن

آسو یا ارشٹ بنانے کے لئے جو برتن استعمال کئے جائیں وہ صاف ستھرے ہونے چاہئیں۔ اس حفاظتی تدبیر سے آسو یا ارشٹ میں نہ تو بدبو کے اثرات پیدا ہوں گے نہ ہی ترشی کا احتمال ہوگا۔

خمیر اٹھانے کے لئے سب سے بڑا کام درجہ حرارت (ٹمپریچر) کا ایک خاص سطح پر رکھنا ہے۔ کیونکہ آسو یا ارشٹ میں خمیر اٹھانے کے لئے جو بکٹیریا (BECTERIA) کام کرتے ہیں وہ ایک خاص درجہ حرارت میں ہی سرگرم کار ہوتے ہیں۔ سطحی درجہ حرارت 30 سے 35 سینٹی گریڈ ہوتا ہے۔ اس سے کم ہونے کی صورت میں یہ مفید بکٹیریا سست ہو کر اپنا کام چھوڑ دیتے ہیں۔ جس کے سبب نہ تو خمیر اٹھتا ہے اور نہ ہی الکحل پیدا ہوتی ہے جو آسو ارشٹ کو دیر تک محفوظ رکھتی ہے۔ 40 سنٹی گریڈ درجہ حرارت ہونے پر یہ بکٹیریا شدت سے ہلاک ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا موسم کے مطابق آسو ارشٹ کے گھڑے کے درجہ حرارت کو ایک خاص معیار (STANDARD) پر رکھنا چاہیئے۔

موسم سرما میں جبکہ سردی کے سبب گھڑے میں پڑا ہوا کاڑھا بھی سرد ہو، اسے گرم کرنے کے لئے حرارت درکار ہوگی۔ تاکہ خمیر اٹھانے والے بکٹیریا زندگی پا کر اپنا عمل

شروع کردیں۔

موسم گرما میں گرمی کیوجہ سے گھڑے میں پڑا ہوا کاڑھا بھی اُبلتا ہو تو اُس صُورت میں بکیٹریا ہلاک ہو جاتے ہیں۔ اس وقت یہ احتیاط رکھیں کہ درجہ حرارت زیادہ نہ بڑھے۔ تاکہ بکیٹریا زندہ رہیں اور خمیر اُٹھاتے رہیں۔ اس سائینٹیفک عمل سے آسو ارشٹ صحیح اور معیاری ثابت ہوتے ہیں۔ اور ایک مُدت تک پڑے رہنے پر بھی نہ تو خراب ہوتے ہیں اور نہ ہی اپنی تاثیر کھوتے ہیں۔

دُوسری احتیاطی تدبیر یہ ہے کہ خمیر اُٹھانے کے لئے ضامن (YEAST) دینا بھی ضروری ہے۔

زمانۂ قدیم میں ویدلوگ بلا ضامن (YEAST) خمیر اُٹھانے کے لئے گل دھاوا استعمال میں لایا کرتے تھے۔ گل دھاوا اپنی خاصیت کے اعتبار سے خمیر پیدا کرنے والا ہوتا ہے۔

موجودہ زمانہ میں جبکہ ہر کام میں ترقی پسند کی جارہی ہے خمیر اُٹھانے کے معاملہ میں بھی گل دھاوا کے ساتھ ساتھ (YEAST) کو بہتر اور اعلیٰ سمجھا گیا ہے۔

درجہ حرارت زیادہ تیز ہونے کیوجہ سے آسو یا ارشٹ میں خمیر اُٹھانے والے بکیٹریا ضائع ہو جائیں تو اس صُورت میں (YEAST) سے دوبارہ بکیٹریا پیدا کرنے میں امداد لی جاسکتی ہے۔ بکٹریا الکحل پیدا کرتے ہیں۔ الکحل آسو یا ارشٹ کو دُرست اور عمدہ بناتی ہے۔

اشوک فارمیسی میں آسوارشٹ کی تیاری میں سردی وگرمی سے محافظت کے لئے درجہ حرارت پر قابو پانے والے جدید قسم کے کنٹرولر لگائے گئے ہیں۔ تاکہ

سردی گرمی کی حدت آسو یا ارشٹ پر اثر انداز نہ ہوسکے۔ اس ترکیب سے درجہ حرارت ایک خاص سطح پر قائم رہتا ہے اور آسو ارشٹ عمدہ، پُر تاثیر اور غیر متعفن تیار ہوتے ہیں۔

آسو بنانیکا عام اور قدیم طریقہ

آسو بنانے کے لئے اجزاء کو خوب کُوٹ کر مٹی کے بڑے مٹکے میں ہمراہ پانی گڑ یا شہد (جو مطابق نسخہ درج ہو) ڈال کر حل کریں۔ اور اس کے مُنہ پر سرپوش رکھ کر مٹی سے ہی مُنہ بند کردیں۔ زیادہ گرمی کے دنوں میں دو ہفتہ معمولی گرمی میں تین ہفتہ یا ایک ماہ تک بند پڑا رہنے دیں۔ مٹکے کا مُنہ کھولنے سے پہلے مٹکے سے کان لگاکر معلوم کریں کہ اسمیں کوئی آواز تو نہیں آتی۔ تبھی اسے کھولنا چاہیئے۔

مُکمل وغیر مُکمل کی شناخت

ڈھکنے کو ذرا سا کھول کر یکدم جلتی ہوئی دیا سلائی داخل کریں اگر بجھ جائے تو سمجھ لیں کہ خام ہے۔ اسے دوبارہ بند کرکے رکھنا چاہیئے۔ دیا سلائی نہ بجھنے کی صورت میں اور صاف نتھرا ہوا ہونے پر آسو ارشٹ تیار اور مُکمل سمجھنا چاہیئے۔ بس کپڑے میں چھان کر بوتلوں میں بھرلیں۔

عام ہدایات

۱۔ مٹکے کو مُنہ تک ہرگز نہ بھریں بلکہ $\frac{۱}{۴}$ یا $\frac{۱}{۵}$ حصّہ خالی رہنا چاہیئے۔

۲۔ آسو یا ارشٹ میں ڈالا جانے والا شہد یا گڑ تازہ نہ ہو بلکہ پرانا ہو۔

۳۔ کاڑھا بالکل ٹھنڈا کرکے مٹکے میں ڈالیں۔

۴۔ وہ مٹکے استعمال نہ کریں جن میں سرکہ تیار کیا گیا ہو یا پہلے آسو ترش ہو گیا ہو۔

۵۔ آسوارشٹ جس قدر پرانے ہوں گے اُتنے ہی زیادہ پُرتاثیر اور قیمتی ہو جاتے ہیں۔

۶۔ عمدہ و اعلیٰ آسوارشٹ کی یہ شناخت ہے کہ وہ خوش رنگت۔ پتلے۔ نتھرے ہوئے۔ شیریں اور خوشبودار ہوں۔ ترش آسو نامکمل ہوتے ہیں۔ اور جلد خراب ہو جاتے ہیں۔

۷۔ سردی کے موسم میں مٹکے کو بھوسے میں دبا دینا چاہیئے تاکہ درجہ حرارت پیدا ہونے سے خمیر اُٹھے۔

۸۔ اجزاء عمدہ۔ صاف اور غیر کرم خوردہ ڈالنے چاہئیں۔

ابھیا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ ہرڑ پانچ سیر۔ منقیٰ اڑھائی سیر۔ بابڑنگ آدھ سیر۔ گل مہوہ آدھ سیر۔ ڈیڑھ من پختہ پانی میں اسقدر پکائیں کہ پانی پندرہ سیر باقی رہ جائے۔ اسے اُتار کر چھان لیں۔ اور گڑ پرانا پانچ سیر۔ گوکھرو۔ تروی۔ دھنیا۔ گل دھاوا۔ جڑ اندرائن۔ چویہ۔ حب آلاس۔ سونٹھ۔ جڑ جمال گوٹہ۔ موچرس ہر ایک ۱۰۔۱۰ تولہ۔ جوکوب کرکے شامل کریں اور بطریق مشہور آسو تیار کریں۔

خوراک:۔ نصف تولہ سے دو تولہ تک ہمراہ برابر وزن پانی۔

فوائد:۔ بواسیر خونی و ریحی۔ قبض دائمی اور دیگر تمام امراضِ معدہ۔ اور امعاء کے لئے زود اثر ہے۔ پیشاب آور بھی ہے۔

انگور آسو (شارنگدھر)

اجزاء:۔ تازہ انگوروں کا رس ۱۶ سیر میں کھانڈ سوا چھ سیر۔ شہد سوا چھ سیر۔ شامل کرکے ازاں بعد گل دھاوا ایک سیر۔ سرد چینی۔ لونگ۔ جائفل۔ مرچ سیاہ۔ دار چینی۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ ناگ کیسر۔ نگھال۔ چترک کی جڑھ کی چھال۔ چویہ۔ پیپلا مول۔ رینوکا۔ ہر ایک پانچ پانچ تولہ ملا کر بطریق مشہور آسو تیار کریں۔

خوراک:۔ غذا کے بعد ایک تولہ آسو میں برابر کا پانی ڈال کر پلائیں۔

فوائد:۔ پرانی کھانسی پھیپھڑوں کی کمزوری۔ دمہ۔ گلے کے امراض۔ عام جسمانی کمزوری۔ کمی خون۔ اپھارہ۔ باؤ گولہ اور بواسیر کے لئے مفید ہے۔ اس کے استعمال سے جسم میں تازہ اور نیا خون پیدا ہوتا ہے۔ قبض رفع ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں پھیپھڑوں کی جھلی سے چپکی ہوئی بلغم (کف) کو دور کرتا ہے۔

نوٹ:۔ آیوروید شاستروں میں انگور آسو نام کا کوئی آسو درج نہیں ہے۔

اشوک ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ اشوک کی چھال پانچ سیر جوکوب کرکے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں سولہ سیر رہ جائے تب اتار کر سرد ہونے دیں۔ اور گڑ دس سیر۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ زیرہ۔ موتھاں سونٹھ۔ دارہلدی۔ نیلوفر۔ ترپھلہ۔ مغز تخم آم۔ زیرہ سفید۔

بانسہ۔ صندل سفید ہر ایک چار چار تولہ۔ باریک کر کے شامل کریں اور حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ تا دو تولہ ہمراہ پانی برابر وزن۔

فوائد :۔ سوزشِ رحم مٹاتا ہے۔ حیض کا درد سے آنا۔ خونِ حیض کا زیادہ آنا۔ استقرارِ حمل نہ ہونا اور جملہ امراضِ رحم کے لئے اکسیر ہے۔ حابس الدّم ہے۔ اس لئے خونی بواسیر کو مفید ہے۔ بخار اور سیلان الدّم (رکت پت) جریان الرّحم کے لئے سود مند ہے۔

غرض تمام امراضِ زنانہ کے لئے بے نظیر ارشٹ ہے۔

اشوگندھا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ اسگندھ اڑھائی سیر۔ موصلی سفید ایک سیر۔ مجیٹھ۔ پوست ہلیلہ۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ ملٹھی۔ راسنا۔ بداری کند۔ چھال ارجن۔ موتھاں۔ تروی۔ ہر ایک آدھ سیر۔ اننت مول۔ شیاما۔ چندن سرخ۔ چندن سفید۔ وریچ۔ چترک۔ ہر ایک بتیس بتیس تولہ۔ تمام ادویہ کو جو کوب کر کے پونے تین من پانی میں پکائیں۔ جب تیس سیر باقی رہے تب اُتار کر چھان لیں اور گل دھاوا چونسٹھ تولہ ناگ کیسر ترکٹا آٹھ آٹھ تولہ۔ ترجات پرینگو ہر ایک سولہ تولہ۔ کھانڈ دس سیر۔ شہد دس سیر ملا کر آسو بنا لیں۔

خوراک :۔ ایک تولہ تا دو تولہ۔

فوائد :۔ مرگی۔ غشی۔ خفقان۔ ضعفِ معدہ۔ تپ دق۔ عام جسمانی کمزوری دبلاپن اور امراضِ ریحی کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

امرت ارشٹ (آیورویدسنگرہ)

اجزاء :۔ گلو اور دشمول پانچ پانچ سیر ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب پندرہ سیر رہ جائے تب چھان کر گڑ پرانا پندرہ سیر ڈالیں۔ بعد ازاں زیرہ چونسٹھ تولہ۔ شاہترہ آٹھ تولہ۔ ستاء۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ سونٹھ۔ ناگرموتھا۔ ناگ کیسر۔ کٹکی۔ اتیس۔ اندرجو۔ ہر ایک چار چار تولہ۔ کوٹ کر ڈالیں اور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تا ۲ تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا۔

فوائد :۔ ہر قسم کے بخار۔ بگڑا ہوا بخار۔ تپ نوبتی۔ تپ لرزہ اور عظمِ جگر و طحال کو نافع ہے۔ جگر اور تلی کو طبعی حالت پر لاتا ہے۔ جسم کی کمزوری اور بھوک کو دُور کرتا ہے۔ ہاضم ہے۔ اشتہا پیدا کرتا ہے۔ اور طاقت دیتا ہے۔ کمزوروں کے لئے بالخصوص جنہیں بخار کے سبب نقاہت ہو بے حد منافع بخش ارشٹ ہے۔

ارجن ارشٹ

اجزاء :۔ ارجن کی چھال پانچ سیر۔ منقیٰ اڑھائی سیر۔ گل مہوہ ایک سیر۔ ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ پندرہ سیر باقی رہنے پر چھان لیں۔ اور گل دھاوا ایک سیر۔ گڑ پانچ سیر ڈال کر ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک سے دو تولہ تک برابر کا پانی ملا کر۔

فوائد :۔ دل کی تمام بیماریوں کیلئے آبِ حیات ہے پھیپھڑوں کو طاقت دیتا ہے۔ دل کی دھڑکن، دل کا بیٹھنا۔ دل کا کمزور ہونا میں مفید ہے۔

اروِند آسو (آیورویدسنگرہ)

اجزاء :- کنول۔ خس۔ کمبھاری کے پھل۔ نیلوفر۔ مجیٹھ۔ الائچی خورد۔ جٹا ماسی بلا۔ موتھ۔ انت مول۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ورچ۔ کچور۔ ترِوی۔ بیل کے پتے۔ پٹول پتر۔ شاہترہ۔ ارجن چھال۔ گُل مہوہ۔ ملٹھی ہر ایک چار چار تولہ۔ باریک کر کے منقیٰ ایک سیر۔ گُل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ کھانڈ پانچ سیر۔ شہد اڑھائی سیر۔ پانی پچیس سیر۔ آسو تیار کریں۔

خوراک :- بچوں کو دس بوند تا ایک چمچہ عرق سونف میں دیں۔

فوائد :- بچوں کی تمام امراض مثلاً تپ۔ اسہال۔ دانت نکالنے کی تکلیف ہلکا بخار۔ سردرد۔ جسمانی کمزوری۔ ضعفِ معدہ۔ ادر کوا گرنا میں استعمال کرایا جاتا ہے۔ جب دودھ ہضم نہ ہو یا گلے میں خرابی ہو تب بھی فائدہ کرتا ہے۔ بچوں کے لئے بہترین ارشٹ ہے۔

اُشیر آسو (شارنگدھر)

اجزاء :- خس۔ نیتربالا۔ کنول کے پھول۔ کنبھاری۔ نیلوفر۔ پرینگو۔ پدماکھ۔ لودھ مجیٹھ۔ دھمانسہ۔ پاٹھ۔ چرائتہ۔ پوست برگد (بڑ) پوست درخت گولر۔ کچور۔ شاہترہ۔ سفید نیلوفر۔ پٹول پتر۔ پوست کچنار۔ پوست درخت جامن۔ گوند سنبل۔ تمام ادویات چار چار تولہ لیں۔ مویز منقیٰ ایک سیر۔ گُل دھاوا تیرہ چھٹانک۔ کھانڈ ۵ سیر۔ شہد ۵ سیر پانی بتیس سیر۔

ترکیب تیاری :- اوّل مٹکے کے اندر مرچ سیاہ اور بالچھڑ کی دھونی دیں

بعد ازاں تمام نباتاتی ادویہ جو کوب کر کے اسمیں ڈال دیں۔ اور بطریق آسو تیار کریں

خوراک :- نصف تولہ سے دو تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد :- رکت پت۔ یرقان۔ فسادِ خون۔ جریان۔ بواسیر۔ امراضِ کرم۔ سوجن کے لئے مفید ہے۔ خون میں بڑھی ہوئی گرمی کو اعتدال پر لا کر تسکین دیتا ہے۔

ببول ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء :- پوست کیکر دس سیر لے کر جو کوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں جب پانی سولہ سیر باقی رہ جائے تب اُتار کر سرد کریں اور اسمیں گڑ ۵ سیر ملا کر مندرجہ ذیل ادویات کا اضافہ کریں۔

گُل دھاوا چونسٹھ تولے۔ پیپلی آٹھ تولے۔ جائفل۔ سردچینی۔ الائچی خورد۔ دارچینی۔ تیزپات۔ ناگ کیسر۔ لونگ۔ مرچ سیاہ ہر ایک چار چار تولہ۔ حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :- دو تولہ سے تین تولہ تک برابر کا پانی ملا کر دیں۔

فوائد :- کھانسی۔ دمہ۔ اسہال کہنہ (پرانے دست) جذام (کشٹ روگ) گلے کی خرابی اور مرض سنگرہنی میں نفع کرتا ہے۔ مقوی معدہ بھی ہے۔ بلغم پیدا ہونے سے روکتا ہے۔

پپلی آسو (شارنگدھر)

اجزاء :- منقیٰ مویز پونے چار سیر۔ گُل دھاوا دس چھٹانک۔ گڑ پندرہ سیر۔

پانی تیس سیر۔ مگھاں۔ مرچ سیاہ۔ چویہ۔ ہلدی۔ چترک۔ ناگرموتھا۔ بابڑنگ۔ سپاری۔ لودھ پٹھانی۔ پاٹھا۔ آملہ۔ ایلوالکسپل۔ خس۔ چندن سفید۔ کُٹھ۔ لونگ تگر۔ جٹامانسی۔ دارچینی۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ پرینگو۔ ناگ کیسر ہرایک اڑھائی تولہ۔ حسب دستور آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک سے دو تولہ تک ہموزن پانی میں ملاکر بعد از غذا دونوں وقت۔

فوائد :۔ حرارتِ ہاضمہ کو تیز کرتا ہے جسکی بدولت غذا جلد ہضم ہوکر جزوِ بدن بنتی ہے۔ قبض کشا ہے۔ بواسیر خونی و بادی باؤگولہ۔ سنگرہنی میں اکسیر صفت ہے۔ یہ آسو تپدق میں بھی دیا جاسکتا ہے۔

پُنرنوا آسو (بعیشج رتناولی)

اجزاء ۔ ترکٹا۔ ترپھلا۔ دارہلدی۔ گوکھرو۔ کٹائی خورد و کلاں۔ جڑ بانسہ۔ جڑ ارنڈ۔ کٹکی۔ گج پیپل۔ جڑ اٹ سٹ۔ چھال نیم۔ مُولی خشک۔ گلو۔ دھمانسہ۔ پٹول پتر ہرایک چار تولہ۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ منقیٰ ایک سیر۔ مصری دس سیر۔ شہد پانچ سیر۔ پانی تیس سیر۔ مٹکے میں ڈال کر آسو بنالیں۔

خوراک :۔ ایک تا دو تولہ بعد از غذا دونوں اوقات۔

فوائد :۔ سوزش ہرقسم بالخصوص مرض استسقاء (جلودھر) میں جو پیدا ہوتی ہے حکمی و شرطیہ دوا ہے۔ امراض جگر و طحال۔ باؤگولہ اور سوجن کے لئے بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔

جیرک آدی ارشٹ (بعیشج رتناولی)

اجزاء :۔ زیرہ دس سیر کے کر ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ پندرہ سیر رہنے پر چھان کر گڑ پندرہ سیر۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ سونٹھ آٹھ تولہ۔ جائفل۔ موتھاں۔ چترجات۔ اجوائن۔ سردچینی۔ لونگ ہرایک چار چار تولہ۔ باریک کرکے ڈال کر تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ صبح ایک تولہ شام بعد از غذا۔

فوائد :۔ پرسوتی بخار۔ قراقر شکم۔ اسہال۔ ابکائیاں۔ ہاتھ پاؤں میں جلن ہلکا ہلکا بخار۔ بے چینی۔ گھبراہٹ۔ بدہضمی کے لئے دیا جاتا ہے۔ زچگی کے بعد عورتوں کو بدہضمی اور ضعف معدہ کی جو شکایت پیدا ہوجاتی ہے اس کے استعمال سے رفع ہوجاتی ہے۔

چندن آسو (بعیشج رتناولی)

اجزاء :۔ چندن سفید۔ نیتربالا۔ موتھاں۔ کمبھاری۔ نیلوفر۔ پرینگو۔ پدماکھ لودھ۔ مجیٹھ۔ چندن سُرخ۔ پاٹھا۔ چرائتہ۔ پوست بڑ۔ پوست پیپل۔ شاہترہ۔ کچور ملٹھی۔ راسنا۔ پٹول پتر۔ پوست کچنار۔ پوست درخت آم۔ موچرس چار چار تولہ۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ منقیٰ ایک سیر۔ کھانڈ ۵ سیر۔ گڑ پرانا اڑھائی سیر۔ تمام ادویہ کو نیم کوفتہ کرکے آسو تیار کرنے کے لئے مٹکے میں ڈالیں اور پانی کی مقدار پندرہ سیر رکھیں۔

خوراک :- ایک تولہ تا دو تولہ بعد از غذا۔

فوائد :- سوزاک۔ جریان۔ پیشاب کی جلن۔ درد پیشاب۔ پیپ پیشاب کا پیلاپن اور گدلا ہونا دُور کرتا ہے۔ ہاضم ہے۔ مصفیٔ خون بھی ہے۔ نیز تسکین دیتا ہے۔ سوزاک کا قلع قمع کر دیتا ہے۔

دشمول ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء :- شال پرنی۔ پرشٹ پرنی۔ کٹائی ہردو۔ گوکھرو۔ چھال بل۔ کمبھاری۔ پاڑھل ارنی۔ شوناک۔ مذکورہ بالا دسوں ادویات دشمول کی ادویات ہیں۔ یہ ہر ایک بہ وزن ایک ایک پاؤ لیں۔ چترا۔ پوکھرمول ہر ایک سوا سیر۔ لودھ ایک سیر۔ گلو ایک سیر۔ آملہ چونسٹھ تولے۔ دھماسہ اڑتالیس تولے۔ چھال کھیر۔ وجے سار۔ پوست ہلیلہ ہر ایک بتیس ۳۲ تولہ۔ کُٹھ۔ مجیٹھ۔ دیودار۔ بارنگ۔ ملٹھی۔ بھرنگی۔ کتھ۔ پوست بلیلہ (بہیڑہ) اٹ سٹ۔ چویہ۔ جٹاماسی۔ پرینگو۔ انت مُول۔ زیرہ سیاہ۔ نسوت۔ رینُوکا۔ راسنا پیپل۔ سپاری۔ کچُور۔ ہلدی۔ سونف۔ پدماکھ۔ ناگ کیسر۔ ناگرموتھا۔ اندرجو۔ سونٹھ ہر ایک آٹھ آٹھ تولہ۔ جیوک۔ رشبک۔ میدہ۔ مہامیدہ۔ کاکولی۔ کھیر کاکولی۔ ردھی ورِدھی ہر ایک آٹھ آٹھ تولے۔

تمام ادویات جَو کوب کر کے تین من پانی میں پکائیں۔ جب تیس سیر پانی باقی رہ جائے تب اُتار کر چھان لیں ——— منقیٰ سوا تین سیر لے کر اُسے تیرہ سیر پانی میں پکائیں۔ جب ساڑھے نو سیر کے قریب باقی رہے تو اُتار کر چھان لیں اور پہلے کاڑھے میں شامل کر دیں۔ اور ساتھ ہی گُڑ بیس سیر۔ شہد ڈیڑھ سیر ملائیں ———

مندرجہ ذیل مفردات بھی سفوف کر کے داخل کریں۔

گُل دھاوا ڈیڑھ سیر۔ سرد چینی۔ نیتر بالا۔ صندل سفید۔ جائفل۔ لونگ۔ دارچینی الائچی خورد۔ تیزپات۔ ناگ کیسر۔ پیپلی ہر ایک آٹھ آٹھ تولہ۔ کستوری تین ماشہ۔

جب ارشٹ تیار ہو جائے تب نرملی کے بیجوں کا سفوف ملا دیں تاکہ گاد تہہ نشین ہو جائے اور صاف ارشٹ نتھر آئے۔

خوراک :- ایک سے دو تولہ برابر پانی ملا کر بعد از غذا صبح و شام دیں۔

فوائد :- نروس سسٹم کی بیماریاں مثلاً لقوہ۔ فالج۔ رعشہ۔ اختناق الرحم (ہسٹیریا) میں مفید ہے۔ اعصابی کمزوری کو دُور کرتا ہے۔ باؤگولہ۔ سنگرہنی۔ بادی امراض۔ یرقان۔ امراضِ معدہ۔ بواسیر۔ جریان۔ سنگ مثانہ و گردہ اور غذا میں رغبت نہ ہونے کے لئے فائدہ بخش ہے۔ زچگی کے بعد پرسُوت اور پرسُوت کے بخار کو نافع ہے۔ عورتوں کو از سرِ نو صحت دیتا ہے۔ رحم کی بیماریوں میں سُود مند ہے۔ طاقت پیدا کرتا ہے ———

دراکشاسو (شارنگدھر)

اجزاء :- مویز منقیٰ پانچ سیر کو سوا من پانی میں ڈال کر پکائیں۔ جب پندرہ سیر پانی باقی رہے تب اُتار کر چھان لیں۔ اور سرد ہونے پر مٹکے میں ڈال کر مندرجہ ذیل ادویات کا سفوف داخل کریں۔

سرد چینی۔ لونگ۔ جائفل۔ مرچ سیاہ۔ دارچینی۔ الائچی خورد۔ ناگ کیسر۔ پیپلی چترا۔ چویہ۔ رینُوکا ہر ایک چار چار تولہ۔ گُل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ شہد پانچ سیر۔

کھانڈ پانچ سیر۔

ترکیب :۔ چکنے مٹکے کو اگر، چندن اور کافور کی دھونی دیں۔ بعد ازاں بطریق دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ سے دو تولہ تک برابر پانی ملا کر بعد از غذا دونوں وقت۔

فوائد :۔ کھانسی۔ دمہ۔ امراض سینہ و گلو۔ دائمی قبض اور خرابی ہاضمہ میں نفع کرتا ہے۔ آنتوں کے کرم ہلاک کرتا ہے۔ مرض سنگرہنی۔ باؤ گولہ۔ بواسیر اور امراض چشم میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ خون پیدا کر کے وزن بڑھاتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے قبض کشا ہے جسمانی کمزوری کو دور کر کے جسم میں طاقت پیدا کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کی کمزوری کو دور کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔

روہتیک ارشٹ (تشار نگدھر)

اجزاء :۔ درخت رد ہیڑے کی چھال پانچ سیر لے کر جو کوب کریں اور پانی ڈیڑھ من میں ڈال کر جوشاندہ (کاڑھا) بنائیں۔ جب چوتھائی پانی باقی رہے تب چھان کر اس میں گڑ دس سیر شامل کریں۔ بعد اس کے حسب ذیل ادویات بھی داخل کریں گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ پیپل۔ پیپل مول۔ چویہ۔ چیترک۔ سونٹھ۔ دارچینی۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ ہر ایک چار چار تولہ۔ مٹکے میں حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ نصف تولہ سے دو تولہ تک برابر وزن پانی ملا کر بعد از غذا صبح و شام

فوائد :۔ مرض طحال (تلی) کو دور کرتا ہے۔ عموماً ملیریا بخار اترنے کے بعد

تلی بڑھ جایا کرتی ہے۔ اس حالت میں روہتیک ارشٹ شفا کرتا ہے۔ اور تلی کو گھٹا دیتا ہے۔ بواسیر۔ سنگرہنی۔ یرقان۔ سوجن۔ باؤ گولہ میں بھی فائدہ کرتا ہے۔

سارسوت ارشٹ

اجزاء :۔ برہمی پنچانگ دو سیر۔ ستاور۔ بداری کند۔ پوست ہلیلہ۔ خس۔ سونٹھ۔ سونف ہر ایک آدھ سیر۔ تیس ۳۰ سیر پانی میں پکائیں۔ جب چوتھائی پانی باقی رہے تب چھان کر شہد ایک سیر۔ مصری دو سیر۔ گل دھاوا آدھ سیر میں حسب ذیل ادویہ کا سفوف ڈالیں۔ رینوکا۔ ترودی۔ نگھاں۔ لونگ۔ ورچ۔ کٹھ۔ اسگندھ۔ پوست بہیڑہ۔ گلو۔ الائچی خورد۔ بابڑنگ۔ دارچینی دو دو تولہ۔ کسی چینی کے برتن میں رکھیں۔ ازاں بعد ایک تولہ سونا کے باریک پترے ڈال دیں اور آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ نصف تولہ تا دو تولہ برابر پانی ملا کر دیں۔

فوائد :۔ ضعف دماغ اور نسیان (یادداشت کی کمی) امراض منی۔ اور نقائص حیض کو رفع کرتا ہے۔ گلا صاف ہوتا ہے۔ خوش ذائقہ اور مفرح ہے۔ مسکن ہے۔ اس کے استعمال سے جوہر دماغ کو قوت ملتی ہے۔ جس کے باعث حیرت انگیز طور پر یادداشت بڑھ جاتی ہے۔ طلباء۔ وکلاء اور دماغی محنت کرنے والے حضرات کے لئے از حد مفید ہے۔ لکنت (ہکلاپن) کو بھی نفع دیتا ہے۔

سارسوادی آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ اننت مول۔ سوہنجناں۔ لودھ۔ پوست بڑ۔ پوست پیپل۔ کھجور

انت مُول سفید۔ پدماکھ۔ نیتربالا۔ پاٹھا۔ آملہ۔ گلوخس۔ چندن سُرخ۔ چندن سفید اجوائن۔ ککلی۔ ہرایک چار چار تولہ۔ الائچی۔ الائچی کلاں۔ کُٹھ۔ سناء مکی۔ پوست ہرڑ۔ سولہ سولہ تولہ۔ باریک کرکے مٹکے میں ڈالیں اور پانی پچیس سیر شامل کرکے آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تا دو تولہ برابر کا پانی مِلا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد :۔ گرمی یا کسی دُوسرے موسم میں جبکہ خُون کی خرابی سے پھوڑے، پھنسیاں اور خارش پیدا ہو گئی ہو آتشک۔ نقرس۔ بھگندر میں جادُو کا اثر دِکھاتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ خُون کی حِدّت کو کم کرکے تسکین دیتا ہے۔

کنک آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ پنچانگ دھتُورا۔ جڑ بانسہ ہر دو سولہ سولہ تولہ۔ ملٹھی۔ ناگ کیسر۔ کٹیری پپلی۔ سونٹھ۔ بھرنگی۔ تالیس پتر ساڑھے آٹھ تولہ۔ سفُوف کریں۔ گُل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ منقیٰ ایک سیر۔ شہد اڑھائی سیر۔ کھانڈ پانچ سیر۔ پانی پچیس سیر۔ مٹکے میں ڈال کر مخلُوط کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ صُبح ایک تولہ شام بعد از غذا۔

فوائد :۔ دمہ۔ کھانسی۔ سل۔ تپدق۔ سیلانِ خُون (رکت پت) اور پُرانے بخاروں میں اِستعمال کیا جاتا ہے۔

کُٹج اِرشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ کُڑا چھال (کوڑا سک) پانچ سیر۔ منقیٰ اڑھائی سیر۔ گُل مہوہ۔ کمبھاری نصف نصف سیر جَو کوب کرکے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب پندرہ سیر باقی رہے تب

گُل دھاوا ایک سیر۔ گُڑ پانچ سیر مِلا دیں۔ اور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ تا دو تولہ برابر کا پانی یا عرق سونف مِلا کر

فوائد :۔ سنگرہنی۔ پیچش۔ بواسیر۔ خُونی اسہال اور بُخاروں میں اپنا اثر دِکھاتا ہے۔ ہاضم بھی ہے۔

کُماری آسو (شارنگدھر)

اجزاء :۔ رس گھیکوار سولہ سیر۔ برادہ آہن (لوہے کا چُورن) اڑھائی سیر۔ گُڑ پانچ سیر۔ شہد اڑھائی سیر۔ پانی سولہ سیر مٹکے میں ڈال کر حسب ذیل ادویات کا سفوف داخل کریں۔

مرچ سیاہ۔ گھاں۔ سونٹھ۔ لونگ۔ چیترک۔ پیپلامُول۔ بابڑنگ۔ گج پیپل۔ چویہ ہاؤبیر۔ دھنیا۔ سُپاری دکنی۔ کٹکی۔ موتھاں۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ راسنا۔ دیودار۔ ہلدی دارہلدی۔ مروڑ پھلی۔ ملٹھی۔ جڑ جماگوٹہ۔ پاکھر مُول۔ کھریٹی۔ کنگھی۔ تخم کونچ۔ گوکھرُو۔ سونف۔ ہنگوپتری۔ عقرقرحہ۔ تخم اوٹنگن۔ جڑ اِٹ سِٹ سُرخ اور سفید۔ لودھ بھسم سونا مکھی ہرایک دو۔ دو تولہ۔ گُل دھاوا بتیس ۳۲ تولہ۔ حسبِ دستُور آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ سے دو تولہ تک برابر کا پانی مِلا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد :۔ امراض طحال و جگر۔ یرقان۔ بھُس۔ کمی خُون۔ امراض معدہ و امعاء کو مُفید ہے۔ صرع (مرگی) جریان اور جلودھر (استسقاء) کو بھی نفع دیتا ہے۔ اِس کے اِستعمال سے قُوّتِ جسمانی میں بھی اضافہ ہوتا ہے اور ویرج بڑھتا ہے۔ ہر قسم کے درد۔ نفخ (اپھارہ) پیشاب میں شکر آنا اور قبض میں بھی فائدہ کرتا ہے۔

جب جگر میں صفرا (پت) کے غلبہ سے رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے تو صفراوی مادے کا کسی طرح اخراج نہیں ہوتا۔ صفرا کے اخراج کے دو ذرائع ہیں۔ اوّل پیشاب دوم پاخانہ۔ لیکن جگر میں نقص ہونے کے سبب صفراوی مادہ خارج نہیں ہو پاتا اور خون میں بسرعت شامل ہونے لگتا ہے۔ اس حالت میں مریض کو پیاس لگتی ہے اور بے چینی سی رہتی ہے۔ کیونکہ خون صالح نہیں ہوتا۔ ان حالات میں بھی کماری آسو پورا فائدہ کرتا ہے۔ اور جملہ عوارض کو دور کرنے میں اکسیر ہے۔ احتباس الطمث (حیض کی کمی) میں بھی دیا جاتا ہے۔ اس سے حیض کی رکاوٹ بھی کھل جاتی ہے۔ درد رحم میں کمی ہوتی ہے۔ خون بلا تکلیف جاری ہونے سے نہ صرف رحم صاف ہو جاتا ہے بلکہ اس سے متعلقہ دوسرے امراض بھی رفع ہو جاتے ہیں۔

کماری آسو جگر کے افعال کو درست کر کے مرض موٹاپا کو بھی دور کرتا ہے۔ کھانا کھانے میں رغبت پیدا کرتا ہے۔

کھدر ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء:- گودا درخت کھیر اڑھائی سیر۔ برادہ دیودار اڑھائی سیر۔ باچی اڑتالیس (۴۸) تولہ۔ دار ہلدی ایک سیر۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ تینوں ایک سیر

مذکورہ بالا ادویات جو کوب کر کے تین من پانی میں پکائیں۔ جب پانی سولہ سیر باقی رہ جائے تب چھان کر سرد ہونے پر مٹکے میں ڈالیں اور شہد دس سیر۔ کھانڈ پانچ سیر۔ گل دھاوا ایک سیر داخل کر کے حسب ذیل ادویات کا سفوف شامل کریں۔

مرچ چینی۔ ناگ کیسر۔ جائفل۔ لونگ۔ تیزپات۔ دارچینی۔ الائچی خورد ہر ایک چار

تولہ۔ مگھاں سولہ تولہ۔ بطریق مشہور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :- ایک تولہ سے دو تولہ برابر کا پانی ڈال کر بعد از غذا دونوں وقت دیں۔

فوائد :- امراض جلد میں بےحد مفید ثابت ہوا ہے۔ اس کے استعمال سے ہر قسم کی خارش۔ پھوڑے پھنسی۔ چھلبہری۔ داد۔ چنبل۔ دھدر۔ باؤ گولہ۔ پیٹ کے زخم اور رسولی پیٹ کے کیڑے دور ہوتے ہیں۔ اگر غدود (GLANDS) پھول جائیں تو اس کے پینے سے اصل حالت پر آ جاتے ہیں۔

نوٹ :- بالعموم دواساز چھال درخت کھیر استعمال میں لاتے ہیں جو اپنا صحیح اثر نہیں دکھاتی۔ دراصل کھدر ارشٹ میں چھال کی بجائے گودا کھیر ڈالنا چاہیئے۔ جس سے کتھ تیار ہوتا ہے۔

لوہ آسو (شارنگدھر)

اجزاء:- کشتہ آہن۔ سونٹھ۔ مگھاں۔ مرچ سیاہ۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ اجوائن۔ باؤبڑنگ۔ موتھاں۔ چیترک کی جڑ کی چھال ہر ایک سولہ سولہ تولہ لیں۔ گل دھاوا ایک سیر باریک کر کے چکنے مٹکے میں ڈال کر بتیس سیر پانی ڈالیں۔ اس کے ساتھ ہی شہد سوا تین سیر اور گڑ پانچ سیر شامل کر کے بند کر دیں۔

خوراک :- نصف تولہ سے دو تولہ تک ہموزن پانی ملا کر بعد از غذا صبح و شام دیں

فوائد :- یرقان۔ بحس۔ کمی خون۔ باؤ گولہ۔ پرانا بخار۔ کھانسی۔ تلی و جگر کا بڑھ جانا۔ بھگندر۔ درد شکم میں خصوصیات سے دیا جاتا ہے۔ قوت ہاضمہ کو تیز کر کے خوراک جلد ہضم کرتا ہے۔ خون پیدا کرتا ہے۔ جگر کے فعل کو درست کر کے نظام جسم کو درست بناتا ہے

جسمانی کمزوری کو دُور کرکے طاقت دیتا ہے۔

وڑنگا رِشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء ۔ بابڑنگ ۔ پیپلامُول ۔ راسنا ۔ کٹج چھال ۔ اندرجو ۔ پاٹھا ۔ ایلوالک پھل آملہ ہرایک پانچ پانچ چھٹانک لیکر کوفتہ بیختہ کرکے تین من آٹھ سیر پانی میں ڈال کر کاڑھا بنالیں بتیس ۳۲ سیر پانی باقی رہنے پر چھان لیں ۔ اور دارچینی ۔ الائچی ۔ تیج پات تینوں دس تولہ ۔ پرینگو ۔ کچنار چھال ۔ لودھ پانچ پانچ تولہ ۔ سونٹھ ۔ مگھاں ۔ مرچ سیاہ تینوں چالیس تولہ ۔ گُل دھاوا سوا سیر ۔ شہد پونے اُنیس سیر ۱۸¾ سیر ڈال کر بہ دستور معروف ارِشٹ تیار کریں۔

خوراک : ۔ نصف تا ایک اونس بعد از غذا۔

فوائد : ۔ خنازیر ۔ جسم کے غدودوں کے نقائص رفع کرنے میں اعجاز خاص رکھتا ہے ۔ بھگندر ۔ پُرانے زخم ۔ کرم امعاء میں بھی مُفید و مؤثر ہے۔

اہی فین آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء : ۔ شراب مہوہ پانچ سیر میں افیون سولہ تولہ ۔ موتھاں ۔ جائفل ۔ اندرجو ۔ الائچی خورد چار چار تولہ سفوف کرکے ڈالیں اور شیشے کے برتن میں آسو بنالیں۔

خوراک : ۔ پانچ تا دس بُوند ہمراہ عرق سونف ہر تین گھنٹہ کے بعد دیں۔

فوائد : ۔ اسہال ۔ تے ۔ پیچش ۔ ہیضہ ۔ دردِ شکم اور بدہضمی میں دیا جاتا ہے اگر اس کے استعمال سے اپھارہ ہو تو قدرے سونف اُبال کر پلانے سے ہوا خارج ہو۔

کرپور آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء : ۔ شراب تند درجہ اوّل پانچ سیر لے کر کافور اعلیٰ بتیس ۳۲ تولہ ۔ الائچی ۔ موتھاں سونٹھ ۔ اجوائن ۔ مرچ سیاہ ہر ایک چار چار تولہ کوٹ پیس کر ملائیں ۔ اور شیشہ کے مرتبان میں ایک ماہ تک رکھیں۔

خوراک : ۔ پانچ تا دس بُوند ہمراہ عرق سونف یا عرق پودینہ۔

فوائد : ۔ ہیضہ ۔ اسہال ۔ تے ۔ پیچش ۔ بدہضمی اور ڈکاروں میں نفع کرتا ہے ہیضہ میں یہ آسو مریض کو دوبارہ زندگی بخشتا ہے۔

مرگ مد آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء : ۔ مرت سنجیونی سُرا (آیورویدک شراب) اڑھائی سیر ۔ شہد سوا سیر ۔ پانی سوا سیر شامل کریں اور کستوری سولہ تولہ حل کردیں ۔ بعدہ ذیل کی ادویہ کا سفوف ملاویں مرچ سیاہ ۔ لونگ ۔ جائفل ۔ پیپل ۔ دارچینی آٹھ آٹھ تولہ ۔ کسی چینی کے برتن میں ایک ماہ تک رکھیں۔

خوراک : ۔ تین ۳ تا دس بُوند پانی میں دیں۔

فوائد : ۔ کستوری کا یہ عمدہ ترین نفیس اور قیمتی آسو نمونیہ ۔ سنپات کے بخار بیہوشی اور ہیضہ میں اپنا اعجاز دکھاتا ہے ۔ سنپات جور میں مریض کا دل ڈوبنے لگے تب بھی استعمال کرائیں ۔ ہچکی دُور کرتا ہے ۔ اور جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے ۔ مقوی دل ہے ایک خوراک دینے سے دل کی کمزوری فوراً رفع ہوجاتی ہے۔

اولیہ پاک (لعوق اور معجون)

انسان فطرتاً نفاست کا طلبگار ہے۔ یہ ہر شے میں نزاکت تلاش کرتا ہے۔ حتیٰ کہ دواؤں کے استعمال میں بھی کڑوی کسیلی اور بد ذائقہ دواؤں سے نفرت کرتا ہے۔ لوگ سفوف یا گولیاں کھانے کی نسبت کوئی میٹھی لذیذ شے کھانا پسند کرتے ہیں۔ چنانچہ اسی خواہش کو مدِنظر رکھتے ہوئے اولیہ پاک بنائے گئے تھے۔ اس مطلب کے لئے مطلوبہ کاڑھوں کو غلیظ کر کے اس عصارے میں کھانڈ، شہد، گڑ کی آمیزش کیجاتی ہے۔

اولیہ یا پاک تیار کرنے میں مطلوبہ اجزاء کو بھوننے میں اس بات کی احتیاط درکار ہے کہ وہ زیادہ بھوننے پر بیکار ثابت نہ ہوں۔ بلکہ بھوننے کے لئے نرم آنچ دیں تاکہ مفردات کے ادویاتی اثرات زائل نہ ہوں۔

آیورویدگرنتھوں میں اولیہ پاک کی تیاری کے بیان میں درج ہے کہ سفوف کی مقدار سے چار گنا کھانڈ، گڑ کی مقدار دو گنا ہونی چاہیئے۔ اور پکانے کے لئے پانی دودھ یا کاڑھا چار گنا ہونا چاہیئے۔

صحیح اور درست اولیہ پاک میں تار پیدا ہوتی ہے اور اُسے انگوٹھے اور اُنگلی کے درمیان رکھ کر دبانے سے گڑھا سا پڑ جاتا ہے۔ اسمیں خوشبو اور لذیذ ذائقہ ہوتا ہے۔ پانی میں ڈالنے سے تہہ نشین ہوتا ہے۔

اولیہ پاک ایک سال تک اپنی قوت رکھتا ہے ایسا آیوروید میں کہا

گیا ہے۔ مگر اہلِ یونان معجون کی عمر اور قوت تین سال بتاتے ہیں۔ میں نے بیاری پاک اور چیون پراش اولیہ کو برائے تجربہ تین سال تک رکھا۔ اور معلوم کیا کہ نہ تو یہ خراب ہوتے ہیں اور نہ ہی اپنی قوت کھوتے ہیں۔ الحاصل کہ سفوف کو محفوظ رکھنے کا طریقہ معجون یا اولیہ پاک کہا گیا ہے۔

سفوف کو اولیہ پاک کی شکل میں بنانے کیلئے اسکی قوت میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔

بانسہ اولیہ (لوگ رتناکر)

اجزاء :۔ بانسہ پانچ سیر لے کر ایک من پانی میں اس قدر پکائیں کہ دس سیر پانی باقی رہ جائے تب اُتار کر چھان لیں۔ اور اسمیں سفوف ہرڑ تین سیر۔ کھانڈ پانچ سیر ڈال کر لعوق (چٹنی) کا قوام بنالیں۔ سرد ہونے پر سولہ تولہ شہد ملا کر چینی کے برتن میں رکھیں۔

خوراک :۔ چھ ماشہ تا ایک تولہ ہمراہ نیم گرم پانی۔

فوائد :۔ کھانسی۔ دمہ۔ رکت پت (سیلان خون) دق کو مفید ہے۔ امراضِ گلو۔ امراضِ معدہ اور امراضِ سینہ میں اکسیر صفت ہے۔

چیون پراش اولیہ

اجزاء :۔ پاڈھل۔ ارنی۔ کنبھاری۔ بیست بل۔ شوناک۔ گوکھرو۔ ماش پرنی مرگ پرنی۔ کنٹائی خورد۔ کنٹائی کلاں۔ پپلی۔ گج پیپل۔ پپلی مول۔ کاکڑا سینگی۔

منقی۔ گلو۔ ہرڑ۔ بَلا۔ بھُوی آملہ۔ باآنسہ۔ رِدھی۔ جیونتی۔ کچُور۔ جیوک۔ رشبھک۔ ناگرموتھا۔ پوکھرمول۔ کاک ناسہ۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ بداری کند۔ اِٹ سٹ کاکولی۔ کھیرکاکولی نیلوفر۔ میدا۔ مہامیدہ۔ الائچی۔ اگر سفید چندن ہر ایک چار تولہ۔ جوکوب کریں۔

ایک بڑی دیگ میں بتیس سیر پانی ڈال کر ان ادویہ کو پکائیں۔ اور ۵ سیر آملہ بنارسی لیکر کھدّر کی تھیلی میں باندھ کر ڈالیں۔ جب چوتھائی پانی بقایا رہے تب اُتار کر تھیلی نکالیں۔ اور پانی کو چھان کر جُدا رکھیں۔ اب پہلے آملوں کی گٹھلی نکال کر کھدّر کے مفید کپڑے میں مَل مَل کر اُن کا عصارہ (رس) نکالیں۔ اِس عصارے کو دیگ میں پہلے روغن گنجد پانچ چھٹانک آگ پر رکھ کر سُرخ کریں۔ بعد چھ چھٹانک گھی گائے مِلاکر مدّھم آنچ دیں جب آملوں کا عصارہ سُرخ ہو جائے گا تب گھی چھوڑ دیگا۔

اُس وقت پہلا کاڑھا اور ساتھ ہی ۵ سیر کھانڈ یا مصری ڈال کر پکائیں۔ جب معجون کا قوام ہو جائے تب اُتار کر حسب ذیل ادویہ کا سفوف مِلائیں۔

طباشیر سولہ تولے۔ مگھاں آٹھ تولے۔ دارچینی۔ پترج۔ الائچی۔ ناگ کیسر ایک ایک تولہ سرد ہونے پر اڑتالیس تولے شہد شامل کریں۔

خوراک: تین ماشہ تا ایک تولہ ہمراہ دُودھ گائے صُبح وشام۔

فوائد: کھانسی۔ دمہ۔ تپدق۔ پھیپھڑوں کی کمزوری۔ سِل۔ تھوک کیساتھ خون آنا۔ زکام۔ نزلہ جسمانی کمزوری۔ بلغم کا زور۔ گلے کی بیماریوں کو مفید ہے مشہور رسائن ہے جو کہ چیون رِشی جی کی تیار کردہ مجرّب رسائن ہے۔ اِس کے استعمال سے اُن کے چہرے پر نُور آگیا تھا۔ اور اُن کا کایا کلپ ہوگیا — بوڑھوں

کے لئے تحفہ ہے۔ جوانوں کے لئے عُمدہ غذا ہے۔

نوٹ:- اِسکی تیاری میں دیگ وکھرپا۔ پیتل کا قلعی شُدہ ہونا چاہیئے

سپاری پاک (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- سپاری دکھنی بتیس ۳۲ تولہ۔ الائچی خُورد۔ تیزپات۔ دارچینی۔ ناگکیسر۔ ترکُٹا۔ لونگ۔ سفید چندن۔ سنبل الطیب (بالچھڑ) تالیس پتر۔ کنول گٹہ نیلوفر۔ بنسلوچن۔ سنگھاڑہ۔ زیرہ سیاہ۔ بداری کند۔ گوکھرو۔ ستاور۔ گل مالتی۔ آملہ۔ چھ چھ ماشہ۔ کافور ایک تولہ۔

پہلے سپاری کا سفوف بنالیں اور دیگر ادویہ کا الگ سفوف بنالیں۔ دُودھ گائے دو سیر میں سپاری ڈال کر آگ پر رکھ کر ماوا بنالیں۔ اِس ماوے (کھوئے) میں ایک پاؤ گھی گائے مِلاکر بھُونیں۔ سُرخ ہونے پر اڑھائی سیر کھانڈ کا قوام ڈال کر پکائیں۔ معجون کا قوام ہونے پر بقایا سفوف شامل کریں۔

خوراک:- چھ ماشہ تا ایک تولہ صُبح وشام دُودھ کیساتھ بیشتر از غذا دیں۔

فوائد:- عورتوں کی تمام بیماریوں کے لئے تریاق ہے۔ جریان الرحم (سفید رطُوبت کا بہنا) رحم کی کمزوری۔ اٹھرا۔ اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت نہ ہونا۔ حمل کی حالت میں حمل کی حفاظت کرکے رحم کو مضبوط بنائے رکھتا ہے۔ کمردرد کو مفید ہے۔ جسم میں طاقت پیدا کرے۔ الغرض عورتوں کی ہر بیماری کے لئے مؤثر ترین پاک ہے۔

سوبھاگیہ شونٹھی پاک (بھیشج رتناولی)

اجزا: کیسرو۔ سنگھاڑا۔ کنول گٹہ۔ موتھاں۔ زیرہ سیاہ۔ زیرہ سفید۔ جائفل۔ جاوتری۔ لونگ۔ چھڑیلہ۔ ناگ کیسر۔ پترج۔ تج۔ کچور۔ گل دھاوا۔ الائچی۔ سونف۔ کشتہ ابرک دو۔ دو تولہ۔ دھنیا۔ گج پیپل۔ پپلی۔ مرچ سیاہ۔ ستاور۔ ایک ایک تولہ۔ سونٹھ سولہ تولہ۔ کشتہ فولاد دو تولہ۔ مصری ڈیڑھ سیر۔ گھی بتیس تولے۔ دودھ دو سیر۔

ترکیب: اوّل دودھ کا کھویا بنا کر اسے گھی میں بھون لیں۔ ازاں بعد کھانڈ کی چاشنی بنالیں۔ اور سونٹھ سفوف کردہ ڈالیں۔ بعد ازاں دیگر ادویہ کا سفوف ملا کر قوام بنالیں۔

خوراک: ۳ ماشہ تا ۶ ماشہ ہمراہ دودھ نیم گرم۔

فوائد: عورتوں کی زچگی کی حالت میں اس کا استعمال اپنا خاص اعجاز دکھاتا ہے۔ اس سے رحم صاف ہو کر اپنی طبعی حالت پر آجاتا ہے۔ درد کمر کو آرام ملتا ہے۔ وضع حمل کے بعد کی کمزوری کو رفع کر کے طاقت پیدا کرتا ہے۔ اسہال سنگرہنی اور پرسوت کے بخار کو رفع کرتا ہے۔ مقوی رحم ہے۔ وضع حمل کے بعد عموماً وایو بڑھنے سے حرارت ہاضمہ کم زور اور سست ہو جاتی ہے۔ اس بے نظیر پاک کے استعمال سے یہ شکایت بھی رفع ہو جاتی ہے۔ جسمانی دردوں کو بھی نفع دیتا ہے۔

کوشمانڈاولیہ (تسارنگدھر)

اجزا: میٹھا کدو کش از بیج خارج کردہ، پانچ سیر کو دس سیر پانی میں پکائیں جب پانی نصف رہے تب اتار کر چھان لیں اور پانی کو علیحدہ رکھیں۔

پیٹھے کو گھی میں مدھم آنچ پر خوب بھونیں۔

پیٹھے کے باقی ماندہ پانی کو پانچ سیر کھانڈ میں ملا کر چاشنی بنائیں اور بھونے ہوئے پیٹھے کو اس چاشنی میں ملا کر پاک بنالیں۔ بعد مندرجہ ذیل ادویہ شامل کریں۔

پپلی، سونٹھ، زیرہ سیاہ۔ ہر ایک آٹھ تولہ۔ دھنیا۔ تیز پات۔ دانہ الائچی خورد۔ مرچ سیاہ۔ دارچینی ہر ایک دو تولہ۔ سرد ہونے پر سولہ تولہ شہد کی آمیزش کر دیں۔

خوراک: ایک سے دو تولہ تک ہمراہ دودھ۔

فوائد: سیلان خون، نکسیر بہنا۔ بخار۔ کھانسی۔ دمہ میں مفید ہے۔ احتراق خون یعنی خون میں بڑھی ہوئی زائد گرمی کو تسکین دے کر اعتدال پر لاتا ہے۔ کم عمری میں جو بوڑھے نظر آنے لگتے ہیں انہیں بھی قوت بخشتا ہے۔ قوت مردمی میں اضافہ کرتا ہے

موصلی پاک (یوگ چنتامنی)

اجزا: موصلی سفید۔ ثعلب مصری ہر ایک دس تولہ۔ گوند کیکر، گوند ببری ایک ایک چھٹانک۔ مغز چاروں۔ مغز بادام۔ نصف نصف چھٹانک۔ جائفل۔ جاوتری۔ الائچی خورد۔ ناگ کیسر۔ کشتہ قلعی۔ کشتہ مونگا۔ ہر ایک ۳ ماشہ۔ گھی بیس (۲۰) تولہ۔ کھانڈ ایک سیر۔ گھی میں گوندیں۔ بھون کر سرخ کرلیں۔ بعد میں باقی ادویہ کوٹ

چھان کر شامل کردیں۔ اور کھانڈ کی چاشنی بنا کر معجون بنالیں۔

خوراک :- ایک تا دو تولہ ہمراہ شیرِ گاؤ۔

فوائد :- جریانِ احتلام۔ سرعت انزال۔ ضعفِ باہ دُور کرتا ہے۔ ویرج کو خُوب گاڑھا کر کے قابلِ اولاد بناتا ہے۔ جسم میں طاقت پیدا کر کے جسم کو فربہ و مضبوط بنانے میں بہتر ثابت ہُوا ہے۔ ویرج کی خرابیوں کو دُور کر کے اُنکی اصلاح کرتا ہے۔

مدن آنند مودک (رس راج سندر)

اجزاء :- رس سیندھور۔ گندھک شُدھ۔ سہاگہ شُدھ۔ کُشتہ فولاد۔ کُشتہ ابرک سیاہ۔ لونگ۔ جٹا مانسی ۳ ملہ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ ثعلب مصری۔ زیرہ سیاہ۔ زیرہ سفید۔ جائفل۔ جاوتری۔ دارچینی۔ تیز پات۔ ملٹھی۔ وچ۔ کُٹھ ہلدی۔ دیودار۔ سمُندرپھل۔ بھرنگی۔ ناگ کیسر۔ کاکڑا سینگی۔ تالیس پتر۔ چیتہ۔ کُشتہ کافور۔ کھنٹی۔ کنگھی۔ منقیٰ امونیز۔ دھنیا۔ گج پیپل۔ کچور۔ غیتر بالا۔ موتھاں۔ اسگندھ۔ بداری کند ستاور۔ کونچ کے بیج ہر ایک دس دس تولہ۔

مُوصلی سنبل ڈیڑھ سیر۔ برگ بھنگ تین سیر۔ کھانڈ تمام سفُوف سے دوچند۔

ترکیب :- اوّل رس سیندھور کو کھرل میں باریک کر کے گندھک شامل کریں۔ کُشتہ فولاد و کُشتہ ابرک سیاہ بھی داخل کریں۔ بقایا سب ادویات کا سفوف بنا کر یکجا رکھیں۔

مطلوبہ کھانڈ کی چاشنی تیار کر کے مذکورہ بالا ادویہ کے ہمراہ معجون تیار کریں۔

خوراک :- ایک ماشہ سے تین ماشہ تک ہمراہ دودھ۔

فوائد :- مادۂ تولید کو گاڑھا کر کے جریان۔ احتلام اور سرعت انزال کو دُور کرتا ہے۔ قُوّتِ باہ بڑھاتا ہے۔ حرارتِ ہاضمہ کو تیز کرتا ہے۔ مقوّی بدن ہے عورتوں کے بانجھ پن کو مُفید ہے۔ رحم کو دُرست اور مضبوط بنا کر استقرارِ حمل کی طاقت و صلاحیت بخشتا ہے۔ یہ پاک مدن (کام دیو) کا آنند دینے والا ہے نامردی کو بھی دُور کرتا ہے۔

کثرتِ جماع کی وجہ سے نروس سسٹم (اعصابی نظام) میں کمزوری سے اعضاء میں بے حسی واقع ہو جاتی ہے۔ اس لئے قُدرتاً نفسیاتی نامردی۔ یعنی (PSYCHOLOGICAL IMPOTENCY) کی علامات بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔ اس حالت میں جنسی قُربت کی خواہش قطعی طور پر ختم ہو جایا کرتی ہے۔ اس مرضِ نامراد کا عُمدہ علاج یہ ہے کہ سِدّھ مکردھوج۔ مدن آنند مودک کے ہمراہ دیں۔

یہ بے نظیر و قیمتی مرکّب نروس سسٹم کو دُرست کر کے طاقت دیتا ہے۔ کمزور پٹھے چُستی سے کام کرنے لگ جاتے ہیں۔ اس سے عُضوِ مخصُوص میں تندی و تیزی پیدا ہو جاتی ہے۔ مُسلسل استعمال سے سُرعت انزال کی شکایت ہمیشہ کے لئے دُور ہو جاتی ہے اور طبعی امساک (NATURAL RETENTION) پیدا ہو جاتا ہے۔

پارہ کی ماہیّت اور اوصاف

نام - سنسکرت نام پارد۔ اُردو ہندی پارہ۔ فارسی میں سیماب۔ اور انگریزی میں مرکری کہتے ہیں۔

آیوروید میں پارہ کی چار قسمیں درج ہیں۔ سفید، سُرخ، زرد، اور سیاہ۔ ان میں اوّل الذکر قسم دستیاب ہوتی ہے۔ متوخر الذکر قطعی ناپید ہے۔ لہٰذا پارہ سفید ہی عام طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ پارہ کی قدر و اہمیّت اور فضیلت کے ضمن میں آیوروید گرنتھوں میں نہایت تفصیل کے ساتھ ذکر کیا گیا ہے مگر یہاں صرف اُس کے مُفید مطلب خلاصے کو ہی مدّنظر رکھا گیا ہے۔

پیچیدہ و کُہنہ امراض میں جہاں عام ادویاتی مرکّبات بے کار ثابت ہوتے ہیں وہاں پارہ کا مُفرد یا مرکّب استعمال کثیر نفع دیتا ہے اور مرض کو بیخ و بنیاد سے نیست و نابُود کر دیتا ہے۔

آیورویدک طریقۂ علاج یہ ہے کہ تشخیص کے بعد دوا تجویز کرنے سے پیشتر یہ جائزہ لینا چاہیئے کہ دوا کے اندر دفیعۂ مرض کے لئے کون کون سے کارگر اور سُودمند رس (ذائقے) موجود ہیں۔

چھ رسوں کی تفصیل یُوں ہے کہ:-

مدُھر (۱) شیریں — لون (۳) نمکین

امل (۲) تُرش — کٹو (۴) تلخ

تکت (۵) چرپرا — کشائے (۶) کسیلا

مُتذکرہ بالا رسوں کو تنہا یا کسی دُوسرے رس میں آمیزش کر کے مختلف خلطوں کے بگاڑ دُور کئے جاتے ہیں۔ ان رسوں کو ایک دُوسرے میں جُدا جُدا ترکیبوں سے باہم ملا کر وایُو، پت اور کف کے بگاڑ اور تمام امراض دُور کئے جا سکتے ہیں۔ ان رسوں کی مختلف مجموعی صُورتوں کی کُل تعداد ۶۳ ہے۔

اس کے مرکبات تینوں خلطوں یا ان کی ملی ہوئی شکل سے پیدا ہونے والے امراض میں شافی ہوتے ہیں۔

تعجّب کی بات ہے کہ یہ چھ رس پارہ کے اندر موجود ہیں۔ جو تینوں خلطوں کی بے اعتدالی سے پیدا شدہ امراض اور نقائص میں مؤثر و مُفید ثابت ہوتے ہیں۔ کسی مرض کا ظہور پذیر ہونا محض کسی خلط وایُو، پت یا کف کی کمی و بیشی پر ہی مبنی ہے۔ اور مرض کا سبب یہی بنیادی نُکتہ ہوتا ہے۔

چُونکہ پارہ ان تینوں خلطوں کو دُرست حالت پر لانیکی صلاحیّت رکھتا ہے اس لئے یہ ہر مرض کے لئے خواہ وُہ کسی بھی سبب سے کیوں نہ ہو ہر حالت میں تیر بہدف ہوتا ہے اور اور پارے کا سب سے بڑا یہی وصف ہے۔

آیوروید کے قابل ترین ماہرینِ فن نے پارے کے متعلق اس کے سربستہ رازوں کو بے نقاب کرنے کے لئے زندگی بھر تجربے کئے اور اسے مختلف سنسکاروں کے ذریعہ بہتر کارآمد اور زیادہ پُراثر بنانے کی کوشش کی۔ پارہ کے جہاں اتنے اوصاف اور اعلیٰ اثرات اظہر من الشمس ہیں وہاں ماہرینِ آیوروید نے اس کے اندر سات قسم کے نقائص بھی دریافت کئے ہیں جو درج ذیل ہیں:-

(۱) مل (۵) چپلتا
(۲) دِش (۶) بنگ
(۳) اگنی (۷) ناگ
(۴) گِری

اب اِن نقائص کے بداثرات کی تفصیل یُوں ہے کہ مَل غشی پیدا کرتا ہے۔ دِشؔ سے موت واقع ہوتی ہے۔ اگنیؔ سے جسم میں جلن ہونے لگتی ہے۔ گِریؔ سے سکتہ لاحق ہوتا ہے۔ چپلتاؔ سے وِیرج ضائع ہوتا ہے۔ بنگؔ سے کوڑھ اور ناگ سے نامردی پیدا ہوتی ہے۔

پارہ کو جُملہ نقائص سے مبرّا اور بے عیب کرنے کے لئے اِسے شُدّھ کیا جاتا ہے شُدّھ کیا ہُوا پارہ خُوردنی طور پر مُستعمل ہوتا ہے۔ اگر پارہ کو صاف کئے بغیر ادویات میں شامل کیا جائے گا تو پارہ کے اندر مذکورہ عیب بدستُور موجُود رہیں گے اور بجائے فائدہ شدید نقائص کا باعث ہوگا۔

پارہ کے تمام تر نقائص اور آلُودگیوں کو دُور کرنے کے لئے ماہرین نے اِس کے آٹھ سنسکار تجویز کئے ہیں۔ اِن میں سویدن۔ مردَن۔ مُورچھن۔ اُتھاپن۔ پاتن۔ بودھن نیمن۔ سندیپن قابلِ ذکر ہیں۔

بین السطور تدابیر سے شُدّھ کیا ہُوا پارہ نقائص سے پاک صاف ہو کر قابلِ استعمال بن جاتا ہے۔ پارہ کا جب بھی کسی دوا میں استعمال کیا جائے اِسے کسی ترکیب سے ضرور شُدّھ کر لینا چاہیئے تاکہ ضرر کا احتمال نہ رہے۔ شُدّھ کیا پارہ رسوں کے ساتھ پُورا فائدہ کرتا ہے اور گرنتھوں میں رسوں کی لکھی ہوئی تعریفوں اور اوصاف کو ظاہر

کر دیتا ہے۔ گرنتھوں میں لکھے سنسکاروں کے مطابق پارہ کو بڑی مقدار میں شُدّھ نہیں کیا جا سکتا۔ پھر وُہ سنسکار بڑے محنت طلب ہیں۔

پارہ شودھن

پارہ شودھن کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ اِسے شنگرف سے لیکر نمک اور رس لیمُوں میں خُوب کھرل کریں۔ حتیٰ کہ اِسمیں سیاہی قطعی باقی نہ رہے۔ بعد ازاں پارہ کو پانی میں دھو کر دوبارہ کھرل کریں۔ اور رس لیموں و نمک ڈالیں۔ تاکہ بقایا سیاہی نکل جائے۔ اِسی طرح جب تمام سیاہی ختم ہو جائے تب اِسے پانی میں دھولیں بس اب پارہ شُدّھ ہے اور قابلِ استعمال ہے۔ شُدھ پارہ بلا خوف و خطر معمُولات میں لایا جا سکتا ہے۔ کیونکہ اب اِس کے نقائص (دِش) دُور ہو گئے ہوتے ہیں۔

گرنتھوں میں پارہ کیساتھ گندھک (جارن) اُڑانے کا خاص ذِکر ہے۔ پارہ کو گندھک کے برابر یا پارہ سے سہ گنا چار گُنا یا اِس سے زیادہ تناسب سے گندھک مِلا کر اُڑائی جاتی ہے۔ پارہ کیساتھ جتنی زیادہ گندھک مِلائی جائیگی پارہ اُتنا ہی زیادہ اکسیر صِفت اور سریع التاثیر (جلد اثر دِکھانے والا) ہوگا۔ نیز اِسکی مِقدار خوراک میں بھی کمی ہوگی۔ کیونکہ طاقت بڑھانے سے دوا کی مِقدار بھی کم ہوگی۔

پارے کو ادویاتی طور پر شامل کرنے کے لئے اِسے تنہا یا دیگر مرکبات کیساتھ مِلا کر گندھک ڈال کر کجلی بنائی جاتی ہے۔ اِس کجلی کو آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر میں پکایا جاتا ہے۔ اور اس ترکیب سے سندھور بنتا ہے۔ پارہ کو صرف گندھک یا دیگر دھاتو (معدنیات) کے ساتھ کجلی کر کے پرپٹی بنا کر عمل میں لایا جاتا ہے

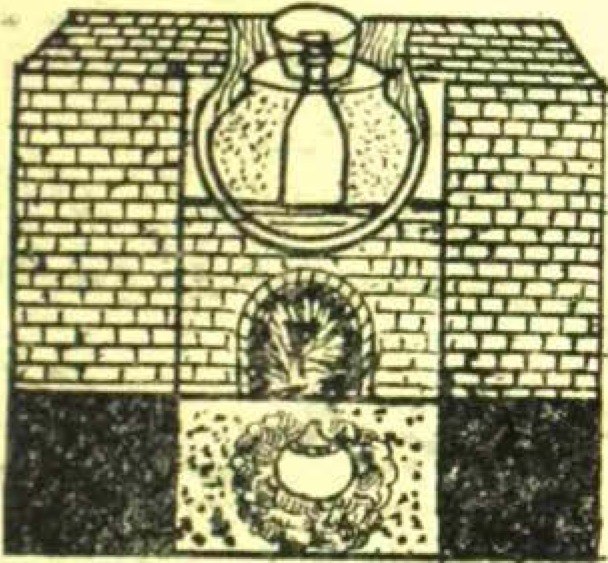
پارہ خارجی و داخلی ہر دو صورتوں میں کام آتا ہے۔
خارجی طور پر اسے رسکپور۔ دار چکنا وغیرہ زہروں اور مرہموں میں ملا کر بطور جراثیم کُش معاون دوا استعمال کیا جاتا ہے۔
سِدھ پارہ جسم کا کایا کلپ کرتا ہے۔ جسم کو توانا۔ مضبوط اور صحت مند بناتا ہے عُمر دراز کرتا ہے۔ سرتاپا تمام امراض میں فائدہ کرتا ہے۔
پارہ کو کیمیاگری کے عمل میں بھی لایا جاتا ہے۔ کیمیاگر اسکی مدد سے تانبے کو سونا بنانے کا کام لیتے ہیں۔ اپنی اعلیٰ صفات کے لحاظ سے پارہ بذاتِ خُود سونا ہے۔

کُپی پکوّ رس رسائن بنانے کا طریقہ

کُپی پکو (بذریعہ آتشی شیشی) رسائن تیار کرنے کے لئے ایک خاص قسم کی بھٹی کے بالُو کا جنتر اور آگ دینے کی مُدّت، شیشے کے دہانے پر ڈاٹ لگانا۔ اور شیشی کو توڑنے کے لئے خاص معلُومات درکار ہیں۔ چُونکہ بلا واقفیّت یہ رسائن تیار نہیں ہو سکتے لہٰذا تفصیل درج ذیل ہے۔
ترکیب :۔ کُپی پکوّ رسائن تیار کرنے کے لئے جو مخصُوص بھٹی تیار کیجائے وُہ کسی کُشادہ ہوادار اور اُونچی چھت والے کمرے میں ہونی چاہیئے تاکہ دھُوآں بآسانی نکل جائے اور بارش وغیرہ کی وجہ سے طریق عمل میں کوئی رُکاوٹ نہ پڑے بھٹی زمین کے اندر آٹھ دس اِنچ کا گہرا گڑھا کھود کر اُس کے اُوپر تیار کریں جس کے نیچے ایندھن کافی مِقدار میں مُسلسل جلایا جا سکے۔ اس کے اُوپر کے حِصّے میں

بالُو کا جنتر رکھ کر رسائن کو پکانا ہوتا ہے۔ اِس لئے نو اِنچ نیچے لوہے کی دو تین مضبُوط سلاخیں گاڑ دینی چاہئیں تاکہ اُس پر بالُو کا جنتر کو قائم کیا جا سکے۔

کُپی پکو رسائن تیار کرنے کیلئے بھٹی کا نمونہ



بالو کا جنتر

مٹّی یا لوہے کی ہنڈیا جو کہ بھٹّی کے اندر آجائے اور اس کے چاروں طرف ایک ایک اُنگل دیوار خالی رہے تاکہ نیچے کی آنچ چاروں طرف یکساں لگتی رہے مٹّی کا برتن ہونے کی صُورت میں اِس کے پیندے میں تقریباً ایک اِنچ قطر کا سوراخ کریں اور اِس کے اُوپر ابرک کا ٹکڑا رکھ دیں تاکہ ریت نیچے گِرنے کا احتمال نہ رہے۔ نیز بھٹّی کی آنچ برابر لگتی رہے۔ آتشی شیشی کے چاروں طرف ریت بھر دیجاتی ہے۔ اِسی عمل کا نام بالُو کا جنتر (ریت کا جنتر) ہے۔

آتشی شیشی کا عمل

اِس مقصد کے لئے انگریزی شراب کی بوتل یا آتشی شیشی جس میں قریباً ایک سیر پانی آجائے کام میں لائی جاتی ہے۔ اِسے اِستعمال کرنے سے پیشتر چکنی مٹی کے ساتھ کپڑے کو تر کر کے سات بار کپڑمٹی (گلحکمت) کیا جاتا ہے۔ تاکہ آتشی شیشی بالُوکا جنتر میں مُسلسل آگ کی تیز گرمی کو برداشت کر سکے۔ اب مطلوبہ رس رسائن کے اجزاء لے کر خُشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بالُوکا جنتر میں رکھیں۔ اِس کے بعد آتشی شیشی کے مُنہ پر کارک لگا دیں۔ کارک لگانے کا مطلب یہ ہے کہ اِسمیں ریت نہ پڑے۔ بعدہٗ اس کے چاروں طرف ریت بھر دیں۔ اب اِسے بھٹی پر رکھ کر آنچ دیں۔ آنچ پہلے نرم ہونی چاہیئے۔ جس سے بالُوکا جنتر گرم ہو اور گندھک کا دھوآں اُٹھنے لگے۔ قریباً چھ گھنٹے میں گندھک پگھل جاتی ہے۔ تب آگ کچھ تیز کر دیں جب دھوآں زیادہ نکلنا شروع ہو اُسوقت لوہے کی سلاخ کو آگ میں تپا کر شیشی کے مُنہ میں ڈال کر اجزاء کو دیکھتے رہیں۔ گندھک کے پگھلنے پر شیشی کے مُنہ پر گندھک شعلہ کی صُورت میں جلتی رہیگی۔ اگر شعلہ اُٹھتا رہے تو آنچ کو مزید تیز کر دیں۔ گندھک جل جانے پر یہ شعلہ بجھ جائے گا اور تھوڑا تھوڑا دھوآں نکلتا رہے گا۔ تب آگ اور تیز کر دیں۔ علاوہ اِس کے شیشی کے مُنہ کو لوہے کی گرم سلاخ سے صاف کرتے رہیں۔ خیال رہے کہ لوہے کی سلاخ سے آتشی شیشی میں پڑی ہوئی ادویات کو بار بار نہیں ہلانا چاہیئے۔ صرف شیشی کے مُنہ کو ہی صاف کرتے رہیں۔ جب گندھک قطعی ختم ہو جائے تو سمجھ لیں کہ رسائن کا عمل قریب الاختتام ہے۔ اُس وقت

شیشی کے مُنہ میں سے اندر دیکھنے پر نیچے سُرخی مائل رسائن نظر آنے لگیگی۔

تب چاک یا اینٹ کے ڈاٹ سے شیشی کا مُنہ بند کر دیں۔ ازاں بعد اسے چھتیس ۳۶ گھنٹے تک تیز آنچ پر پکنے دیں۔ آنچ بند کرنے کے دو دِن بعد جب بالُوکا جنتر سرد ہو جائے تب آتشی شیشی نکال کر کپڑمٹی (گلحکمت) علیحدہ کریں۔

آتشی شیشی کو توڑنا

اِس کے لئے شیشی کے درمیان چاروں طرف سُوت کو مٹی کے تیل میں بھگو کر باندھیں اور آگ لگا دیں۔ جب تیل جل جائے تب سُوت کی جگہ دو تین بُوندیں پانی کی ٹپکائیں۔ شیشی کے دو حصے ہو جائینگے۔ بالائی حصے پر لگی ہوئی دوا رسائن ہوگی۔

سِدّھ مکردھوج

اجزاء :- پارہ شُدھ آٹھ تولہ۔ ورق سونا ایک تولہ۔ گندھک شُدھ سولہ تولہ

ترکیب :- اوّل پارہ اور ورق سونا دونوں کو تین روز تک رس لیموں میں خُوب کھرل کریں۔ ہر روز صبح ایک تولہ نمک سیندھا شامل کر دیا کریں۔ چوتھے روز اِسے چار پانچ بار پانی سے دھو ڈالیں تاکہ نمک اور لیموں کی تُرشی دُور ہو جائے۔ تب گندھک شامل کر کے کجلی بنا لیں۔ اب اِس تیار شُدہ کجلی کو سُرخ کپاس کے پھُولوں کے رس اور گھیکوار کے رس میں تین روز تک بھاونا دیں۔ بعدہٗ خُشک ہونے کے آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالُوکا جنتر سندھور تیار کریں۔ اور تہ نشین ہونے

والا سونا ہے کر بمطابق طریق مشہور کُشتہ تیار کر کے سندھور حاصل کردہ میں شامل کریں ۔ بس سِدّھ مکر دھوج تیار ہے ۔

نوٹ :۔ کُشتہ سونا بنانیکی ترکیب کُشتہ جات کے بیان میں پڑھیں

پُرانے گرنتھوں میں پارے کو بھبھوکشت (ایک خاص ترکیب) کر کے مکر دھوج بنانے کا طریقہ درج ہے اور ان کا دعویٰ تھا کہ بھبھوکشت پارے کے ہمراہ سونے کی آمیزش کرنے سے جو مکر دھوج تیار ہوتا ہے اسمیں سونا سندھور کے ساتھ ہی اُوپر اُڑ جاتا ہے ۔ مگر موجودہ زمانے میں پارہ کو بھبھوکشت کرنے کا طریقہ عقدۂ لاینحل ہے ۔ مزید براں پارہ کا مذکورہ ترکیب سے تیار نہ ہونا اور سونے کا پارہ کے ساتھ اُڑ کر اُوپر لگ جانا بھی ناممکن امر معلوم ہوتا ہے ۔ نئی تحقیقات کی روشنی میں پارہ جس درجۂ حرارت پر اُڑ جاتا ہے سونا اُسی درجۂ حرارت پر پگھلتا بھی نہیں ۔ اس تجربہ سے صاف ظاہر ہے کہ باوجود آیورویدک گرنتھوں کے یہ دعویٰ و ترکیب بھبھوکشت مہمل اور کمزور سی ثابت ہوتی ہے ۔

ہماری مُتذکرہ بالا ترکیب سے جو سونا تدے گندھک کے ہمراہ آمیزش شدہ شکل میں کُپّی کے پیندے میں تہہ نشین رہ جاتا ہے وُہ مکمل کُشتہ کی شکل میں ہرگز تبدیل نہیں ہوتا ۔ لہٰذا از رُوئے قاعدہ یہ تہہ نشین خام سونا کسی حالت میں بھی قابلِ استعمال برائے خوردنی واجب نہیں ۔

لہٰذا بہتر اور صحیح طریقہ یہی ہے کہ تہہ نشین ہوئے سونے کو سِدّھ مکر دھوج میں ملانے سے پہلے بمطابق مشہور کُشتہ تیار کرنا ضروری ہے ۔ اس درُست ترکیب سے تیار شدہ سِدّھ مکر دھوج اپنا پُورا کمال دکھاتا ہے ۔

خوراک :۔ ½ رتی سے ایک رتی تک ہمراہ مکھن ۔ شہد یا بالائی ۔ اُوپر سے دُودھ دیں ۔

فوائد :۔ اعضائے رئیسہ و شریفہ کو بیحد طاقت بخشتا ہے ۔ دل ۔ دماغ جگر ۔ معدہ ۔ گردہ ۔ مثانہ ۔ پھیپھڑے اور اعصاب کو تقویت دیتا ہے ۔ صالح خون پیدا کرتا ہے ۔ قوتِ یادداشت بڑھاتا ہے ۔ آنکھوں کی روشنی کو تیز کرتا ہے ۔ جسم میں ناکارہ ٹِشوؤں (TISSUE) کی جگہ نئے کارآمد ٹِشو پیدا کرتا ہے ۔ کمزور جسم کو طاقتور اور توانا بناتا ہے ۔ بیماری کے بعد کی کمزوری ۔ دُبلاپن ۔ زردی ۔ خون کی کمی اور اعضائے جسمانی کی سُستی کو دُور کر کے چُستی و چالاکی پیدا کرتا ہے ۔ قوتِ باہ بڑھاتا ہے ۔ کمزور مردوں کے لئے تحفہ ہے ۔ یہ رسائن مشہور ٹانک ہے ۔ آیورویدک گرنتھوں میں اس رسائن کی بہت تعریف لکھی گئی ہے ۔ اس کے استعمال سے جسم کا (اعادۂ شباب) کایا کلپ ہو جاتا ہے ۔ چہرے کی مُردنی اور زردی کی بجائے تازہ خُون کی سُرخی و شادابی جھلکنے لگتی ہے ۔ بُوڑھوں کو جوان اور جوانوں کو مضبوط جسم اور شیر مرد بنانے میں یہ رسائن ہمہ صفت موصوف ہے ۔ انسانی جسم میں سونے کی کمی کو پُورا کر کے نئی زندگی کا پیام دیتا ہے ۔

نروس سسٹم (نظامِ اعصاب) کی بیماریوں کو دُور کر کے اعصاب کو طاقتور بناتا ہے ۔ نزلہ و زکام دُور کرتا ہے ۔ گردہ و مثانہ کو طاقت دے کر کثرتِ پیشاب کو روکتا ہے ۔ زندہ رہنے کی خواہش کو اُبھارتا ہے ۔ موسمِ سرما میں اس سِدّھ رسائن کا استعمال سال بھر کے لئے انسانی جسم کو تندرستی و صحت کا بھرپُور جام بخشتا ہے

ے مے رنگین تھا سادہ پانی بھی ؛ ہائے کیا چیز تھی جوانی بھی ۔

(جوش ملیح آبادی)

رس سندھور

اجزاء :- پارہ شدھ سولہ تولہ۔ گندھک شدھ سولہ تولہ۔

ترکیب :- پارہ اور گندھک کی کجلی تیار کرکے اسے رس گھیکوار میں بھاونا دیں۔ خشک ہونے پر آتشی شیشی میں ڈال کر بالُو کا جنتر سے رس سندھور تیار کریں

نوٹ :- رس سندھور بنانے کے لئے پارہ کے وزن سے دوگنا گندھک یا چار گنا گندھک ڈال کر جو رس سندھور تیار کیا جاتا ہے وہ نہایت جلد اثر کرنے والا ہوتا ہے۔ نیز اسکی مقدار خوراک بھی قلیل ہوگی۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد مکھن یا بالائی وغیرہ

فوائد :- چونکہ یہ رسائن ہے لہذا مختلف امراض میں تنہا یا دیگر ادویہ کے ہمراہ شامل کرکے مستعمل ہوتا ہے۔

بلغمی و ریحی امراض میں خصوصیت سے فائدہ کرتا ہے۔ جراثیم کش رسائن ہے جسم میں قوتِ مدافعت (کسی بیماری کا مقابلہ کرنیکی طاقت) پیدا کرتا ہے۔ متعدی امراض (چھوت دار بیماریوں) میں سودمند ہے۔ کمزوری، ناطاقتی، کھانسی دمہ تپ دق بغشی۔ دل دھڑکنا۔ دل کمزور ہونا۔ جریانِ منی۔ احتلام۔ سُرعت۔ منی کا پتلا و کم زور ہونا۔ عورتوں کے امراضِ رحم وغیرہ میں عام دیا جاتا ہے۔

مل سندھور

اجزاء :- سنکھیا سفید شدھ پانچ تولہ۔ پارہ شدھ دس تولہ۔ گندھک شدھ

دس تولہ۔

ترکیب :- پہلے پارہ اور گندھک کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں سنکھیا ملا کر چھ گھنٹے تک خوب کھرل کریں۔ پھر رس گھیکوار کی بھاونا دے کر خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بالُو کا جنتر سے سندھور بنائیں۔

احتیاط۔ سنکھیا کا دھواں آنکھوں کو ناکارہ بنا دیتا ہے لہذا اس سے بچاؤ کے لئے بہتر ہے کہ اس عمل کو کسی کھلی ہوا دار جگہ پر کریں تاکہ دھواں آنکھوں کو نقصان نہ پہنچائے۔ جب گندھک کا دھواں بند ہو کر سنکھیا دھواں دینے لگے۔ تب گرم سلائی سے شیشی کے منہ کو صاف کرتے ہیں تاکہ شیشی کا منہ بند نہ ہو جائے۔ کالے رنگ کا چمکدار سندھور تیار ہوگا۔

خوراک :- ¼ رتی تا نصف رتی ہمراہ شہد یا بالائی۔

فوائد :- کھانسی۔ دمہ۔ سنپات جور۔ مرگی۔ پاگل پن۔ دماغی امراض۔ ریحی امراض۔ گنٹھیا۔ جوڑوں کا درد (وجع المفاصل) انفلوئنزا۔ نمونیہ۔ اور بلغمی بخار میں شفا دکھاتا ہے۔ خون میں آمیز شدہ زہریلے مواد کو بذریعہ عرق و پاخانہ خارج کرتا ہے۔ بلغم خشک کرتا ہے۔ آتشک میں بھی مفید ہے۔ آتشک اور خرابیٔ خون کے باعث جسم پر گانٹھیں یا چکتے پڑ گئے ہوں انہیں بھی بآسانی دور کرتا ہے۔

تامر سندھور

ترکیب :- برادہ تانبہ نصف پاؤ۔ پارہ شدھ بیس تولہ۔ گندھک شدھ

بیس تولہ۔ انہیں کھرل میں ڈال کر کجلی تیار کریں۔ بعد ازاں رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کریں۔ اور آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالُو کا جنتر پکا کر سندھور تیار کریں۔ شیشی کے مُنہ پر سندھور لگ جائیگا اور تانبہ شیشی کے پیندے میں لگ جائیگا۔ اب اسے مزید سات پُٹ دیکر اعلیٰ قسم کا کُشتہ تانبہ تیار کیا جا سکتا ہے۔ شیشی کے مُنہ پر لگا ہُوا سندھور تامر سندھور ہے۔

خوراک :۔ ½ رتی سے ایک رتی ہمراہ گھی یا شہد۔

فوائد :۔ تامر سندھور جگر کے پرانے امراض و خرابیٔ جگر سے پیدا شدہ آنتوں کی کمزوری میں خاص طور پر مُفید ہے۔ جراثیم کُش ہے۔ لہٰذا آنتوں کے کیڑوں کے لئے تیر بہدف ہے۔ فسادِ خُون۔ بھگندر۔ آتشک۔ ناسُور وغیرہ میں منافع دیتا ہے۔

تال سندھور

اجزاء :۔ پارہ شُدھ دس تولہ۔ گندھک شُدھ دس تولہ۔ ہڑتال شُدھ پانچ تولہ۔

ترکیب :۔ اوّل پارہ کو گندھک کیساتھ کجلی بنائیں۔ پھر گھیکوار کے رس میں کھرل کر کے خشک کریں۔ خشک ہونے پر آتشی شیشی میں ڈال کر بالُو کا جنتر سے سندھور بنائیں۔

احتیاط :۔ تیاری کیوقت ہڑتال کے دھُوئیں سے آنکھوں کو بچائیں۔

خوراک :۔ ایک تا دو رتی ہمراہ شہد ادرک کا رس اور گھی۔

نوٹ :۔ گھی اور شہد برابر وزن نہ ہوں۔

فوائد :۔ جذام (کوڑھ) آتشک۔ فسادِ خُون کے سبب پھوڑے پھنسیوں کا

نمُودار ہونا۔ بلغمی امراض۔ پُرانے بخار۔ خارش۔ ملیریا نوبتی بخار۔ اور بلغم کو رفع کرتا ہے۔ جراثیم کُش ہے۔ دورانِ استعمال گھی زیادہ دیں تا کہ خشکی نہ ہو۔

پرہیز :۔ نمک۔ تیل۔ تُرشی اور اچار۔ کوڑھ میں نمک اور دودھ بھی بند کرا دیں۔

رَجت سندھور

ترکیب :۔ رَجت یعنی چاندی دس تولہ۔ پارہ بیس تولہ۔ گندھک بیس تولہ۔ انہیں کھرل میں ڈال کر کجلی تیار کریں۔ بعد ازاں رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالُو کا جنتر سندھور تیار کریں۔

شیشی کے مُنہ پر رجت سندھور لگا ہوگا۔ شیشی کی تہہ میں بقایا چاندی کو آٹھواں حصہ پارہ کیساتھ کھرل کر کے دس پُٹ دینے سے سُرخ رنگ کا کُشتہ چاندی تیار ہوگا۔

خوراک :۔ نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ شہد یا مکھن بالائی۔

فوائد :۔ رجت سندھور معتدل ہے۔ اسی خاصیت سے دِل کو بیحد طاقت دیتا ہے۔ خُون میں بڑھی ہُوئی گرمی کو کم کر کے اعتدال پر لاتا ہے۔ تسکین دہ ہے۔ دِماغ کی خرابیاں جبکہ صُفرا کا خلل ہو اس کے استعمال سے رفع ہوتی ہیں۔ مثانے و جگر کی گرمی کو دُور کرتا ہے۔ پیشاب میں سوزش یا جلن ہو تو اس کے استعمال سے فائدہ ہوتا ہے۔

سورن بنگ

اجزاء :- قلعی شُدّہ پانچ تولہ۔ پارہ شُدّہ پانچ تولہ۔ گندھک شُدّہ پانچ تولہ نوشادر چار تولہ۔ قلمی شورہ ایک تولہ۔

ترکیب :- پہلے قلعی کو پگھلا کر پارہ شامل کریں۔ اور اسے نمک سِندھا اور قدرے پانی مِلا کر کھرل کریں۔ اور پانی سے دھوتے رہیں۔ پھر گندھک مِلا کر کجلی تیار کریں اس کجلی کو نوشادر اور قلمی شورہ کیساتھ آتشی شیشی میں بھریں اور بالُو کا جنتر میں پکائیں گندھک کی آمیزش کے بعد سُنہری رنگ کا چمکدار کُشتہ قلعی تیار ہوگا۔ تہ نشین سورن بنگ ہوگی اُوپر بنگ سندھُور تیار ہوگا۔ دونوں قابلِ استعمال ہیں۔

خوراک :- ایک تا تین رتی ہمراہ مکھّن شہد یا بالائی۔

فوائد :- سورن بنگ پتلے وِیرج کو شہد کی طرح گاڑھا کرکے اُس کی اصلاح کرتی ہے۔ وِیرج کے نُقائص۔ بدبُو۔ گدلا پن۔ کم زور ہونا وغیرہ کو رفع کرکے قابلِ اولاد بناتی ہے۔ جریانِ منی۔ احتلام۔ (خواب میں وِیرج کا ضائع ہونا) سُرعت انزال (قبل از وقت۔۔۔۔ یا بہت جلد انزال ہو جانا) نامردی۔ سُوزاک۔ سوزش البول کمزوری مثانہ اور پیشاب کی رکاوٹ کو دُور کرتی ہے۔ ہاضمہ تیز ہوتا ہے۔ امساک کے لئے مدن آنند مودک کے ہمراہ کھلا کر اُوپر سے دُودھ پلائیں۔

رس مانکیہ

ترکیب :- ہڑتال ورقیہ شُدّھ لے کر قینچی سے باریک باریک کتر لیں۔

پھر ابرک سفید کے دو چوڑے پتّے لیں۔ ایک پتّے پر ہڑتال بچھا کر اُوپر دُوسرا پتّہ رکھ کر لوہے کی باریک تار سے دونوں پتّوں کو چاروں طرف سے سی دیں۔ بعد میں اسے چمٹے سے پکڑ کر سُلگتے ہوئے کوئلوں پر رکھ کر اُوپر دو چار کوئلے رکھ دیں۔ ہڑتال میں سے پیلے رنگ کا دھُواں ابرک سے باہر نِکلیگا۔ آنچ کی گرمی سے ہڑتال پگھل کر سُرخ رنگت کی دِکھائی دیگی۔ اب اسے آنچ سے علیحدہ کر دیں اور ابرک کو سرد ہونے دیں۔ بعد اس کے ابرک کے دونوں پتّوں کو کھول کر جُدا جُدا کریں۔ ابرک پر جمی ہوئی دوا کو کھرُچ لیں۔ یہی رس مانکیہ ہے۔ اسے کھرل میں خُوب باریک پیس لیں۔ حتیٰ کہ اسکی چمک ختم ہو جائے۔

خوراک :- نصف رتی سے ایک رتی تک ہمراہ گھی یا شہد۔

فوائد :- رس مانکیہ فسادِ خُون اور جلدی امراض کے لئے اکسیرِ اعظم ہے۔ جذام (کوڑھ) کی ہر قسم۔ بھگندر۔ ناسُور۔ پُرانے زخم۔ خارش۔ پھُلبہری۔ آتشک۔ ایگزیما۔ داد۔ وغیرہ میں منفعت بخش ہے۔

دھاتوؤں و اُپ دھاتوؤں کے شودھن طریقے

دھاتوؤں وغیرہ کو شُدّھ کرنے سے اُن میں صفائی پیدا ہو جاتی ہے۔ اور خالص ہو جاتی ہیں۔ شُدھ دھاتو کا کُشتہ بھی جلد بنتا ہے اور زیادہ اثر رکھتا ہے لہٰذا پارہ گندھک سونا چاندی وغیرہ کے کُشتہ جات بنانے کے لئے شُدّھ کر لینا ضروری ہے۔ اِس ضمن میں مُتعلقہ دھاتوؤں کے شودھن کے طریقہ جات درج کئے جاتے ہیں :-

ابرک سفید و سیاہ شُدھ کرنا۔ ابرک کے ٹکڑے لیکر کوئلوں کی آنچ پر سُرخ کرکے پوست درخت بیری کے کاڑھا میں سات بار بُجھائیں۔ شُدّھ ہوگا۔

دیگر طریقہ۔ ابرک ورق ورق کرکے کھدّر کی تھیلی میں ڈال کر سُوراخ دار کوڑیاں بھی داخل کریں۔ اور کسی کھُلے برتن میں کانجی ڈال کر اِس پوٹلی کو آٹھ پہر تک بھگوئے رکھیں۔ بعد میں تھیلی کو اِتنا عرصہ ہاتھوں سے ملتے رہیں جب تک تمام ابرک باریک باریک ذرّوں کی صُورت میں تھیلی سے چھن کر پانی میں نہ آجائے۔ بعد ازاں اِسے محفوظ مقام پر رکھ دیں تاکہ ابرک محلول تہہ نشین ہو جائے۔ پس اب مذکورہ پانی کو نتھار لیں اور تہہ نشین تلچھٹ کو تیز دھُوپ میں خُشک کریں۔ یہی ابرک شُدّھ ہے۔

بارہ سنگھا شُدھ کرنا۔ بارہ سنگھا کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں۔ اور چھاچھ میں ڈالیں۔ اب اِسے دھُوپ میں

رکھیں۔ تین دِن کے بعد پانی میں دھو کر دھُوپ میں خُشک کریں۔ بارہ سنگھا صاف ہو جاتا ہے۔

پوست بیضۂ مُرغ (انڈوں کے چھلکوں کو صفا کرنا) انڈوں کے چھلکوں کو سِرکہ یا نمک و نوشادر ملا کے پانی میں بھگو دیں۔ چار پانچ دِنوں میں انڈوں کے اندر کا باریک چھلکا نرم پڑ جائے گا۔ تب اِس جھلّی جیسے نرم پردے کو اُتار دیں۔ چھلکے صاف ہو جائینگے۔ انہیں صاف پانی میں دھو کر کام میں لائیں۔

پروال شودھن (مُونگا مرجان شُدھ کرنا) چھاچھ میں تین گھنٹے تک بھگوئے رکھنے سے پروال شُدّھ ہو جاتا ہے۔ اب اِسے پانی میں دھو لیں۔

پیتل شُدّھ کرنا۔ پیتل کو آگ میں تپا کر سُرخ کرکے تیل، چھاچھ، گئو مُوتر کانجی اور کُلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بُجھائیں۔ پیتل شُدّھ ہوگا۔

تانبہ شُدّھ کرنا۔ تانبے کو گرم کرکے تیل، چھاچھ، کانجی، کُلتھی کے کاڑھے انار دانے کے رس اور آک کے پتّوں کے رس میں سات سات بار بُجھائیں۔ پھر ہاون دستہ میں کُوٹ کر سفُوف بنالیں۔ اور ایک ہنڈیا میں گئو مُوتر بھر کر اسمیں املی اور نمک ڈالیں۔ اِس کے ساتھ ہی تانبے کا سفُوف ڈال کر بارہ گھنٹے تک اُبالیں۔ سرد ہونے پر صاف پانی سے دھو کر رس لیموں میں ڈال کر دھُوپ میں رکھیں۔ جب یہ رس نیلے رنگ کا ہو تب اِسکو بدل دیں۔ اِسی طرح تین بار کریں۔ اب اِسے دھُوپ میں سُکھالیں۔ بس تانبہ شُدھ ہے۔

تردھاتا شودھن۔ یعنی سہ دھاتا (قلعی۔ جست اور سکہ) شُدّھ کرنا۔ سہ دھاتا یا تردھاتا تین دھاتوں (قلعی۔ جست اور سکّہ) کو باہم ملانے سے بنتا ہے۔

اسے شُدھ کرنے کے لئے تینوں دھاتوں کا الگ الگ شودھن کریں جیسا کہ مذکورہ دھاتوؤں کے شودھن میں درج ہے۔

جست شودھن۔ قلعی کی مانند عمل کریں اور جست کو پگھلا کے کاڑھے میں سات بار بجھائیں شُدّھ ہوگا۔ احتیاط رہے کہ ڈھکن مضبوطی سے بند ہو۔ ورنہ جست باہر نکل کر جسم میں دھنس جائے گا۔

چاندی شودھن (یعنی رُوپا یا نقرہ شُدّھ کرنا) شُدّھ چاندے کے پترے کو بیکر آگ پر تپالیں اور تیل۔ چھاچھ۔ کانجی۔ گئو موتر۔ کلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھائیں چاندی شُدّھ ہوگی۔

زہر مہرہ شُدّھ کرنا۔ زہر مہرہ کو آگ میں تپا کر اکیس(۲۱) بار گائے کے دودھ میں یا آملوں کے رس میں بجھانے سے شُدھ کیا جاتا ہے

سکّہ (سیسہ) شودھن۔ ہنڈیا میں آک کا دودھ ڈالیں اور اس کے ڈھکن پر سوراخ کردیں۔ اب ڈھکن کے گرد وزن رکھ دیں اور سکّہ کو آگ میں پگھلا کر سوراخ کے راستے داخل کریں۔ تین بار کے عمل سے سکّہ شُدھ ہوگا۔ احتیاط رہے کہ ڈھکن مضبوطی سے بند رہے ورنہ سکّہ مانند گولی تیزی سے جسم کے اندر گھس جائے گا۔

شنکھ شودھن۔ شنکھ کو دہی کے مٹھے میں تین روز تک پکائیں۔ برتن کا منہ دن رات کھلا رہے اور مٹھے کو روزانہ بدلتے رہیں بعد میں دھو کر کام میں لائیں۔ شنکھ شُدھ ہوگا۔

سم الفار (سنکھیا) شودھن۔ سنکھیا چار قسم کا ہوتا ہے (۱) سُرخ (۲) زرد (۳) سیاہ (۴) سفید

مگر کُشتہ سازی میں سفید سنکھیا ہی استعمال کیا جاتا ہے کیونکہ سفید میں زہر کم ہوتا ہے۔ اور دُوسری اقسام کی نسبت بے ضرر ہوتا ہے۔ سفید سنکھیا جو بلور کی طرح شفاف ہو بہتر و اعلیٰ ہوتا ہے۔

ترکیب شودھن: ۔ سم الفار سفید حسب ضرورت لے کر چنے برابر ٹکڑے ٹکڑے کرلیں۔ اور سولہ گُنا دودھ میں ملا کر بذریعہ ڈولا جنتر اُبالیں۔ بعد ازاں صاف پانی میں دھولیں۔ سنکھیا شُدّھ تیار ہے۔

سونا شودھن۔ خالص سونا لے کر آگ میں تپا کر تیل۔ چھاچھ۔ کانجی۔ گئو موتر اور کلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھائیں۔ اس طرح سونا شُدھ ہوگا۔

سنگِ یشب شودھن۔ سنگِ یشب کو آگ میں تپا کر اکیس(۲۱) بار عرق گاؤزبان یا عرق گلاب میں بجھائیں بس سنگِ یشب مصفّیٰ ہے۔

سنگ یہود (حجر الیہود) شودھن: ۔ سنگِ یہود کو آگ میں سُرخ کرکے

سات بار کلتھی کے کاڑھے میں بجھائیں۔ شدھ ہوگا۔

عقیق شودھن۔ عقیق کو آگ میں سرخ کرکے عرق گلاب یا عرق بید مشک میں اکیس بار بجھائیں۔ عقیق شدھ ہوگا۔

قلعی شدھ کرنا۔ سکہ کی مانند شدھ کریں۔ کسی برتن میں چونا قلعی کے پانی میں پانچ بار بجھائیں قلعی شدھ ہوگی۔ احتیاط رہے کہ برتن کے منہ پر ڈھکن مضبوط ہو اور سوراخ سے ہی پگھلی ہوئی قلعی داخل کریں۔

کیس شودھن۔ کیس کو بھنگرے کے پانی میں تین گھنٹے تک کھرل کرکے دھوپ میں خشک کرلیں۔

کوڑی (خرمہرہ) شودھن۔ کوڑیوں کو دہی کے مٹھے۔ چونے کے رس اور رس لیموں میں بھگو دیں۔ جب کوڑیوں کا رنگ سفید ہوجائے تب نکال لیں۔ اندازاً سات آٹھ یوم میں کوڑیاں شدھ ہوجاتی ہیں۔

کانسی شودھن۔ اسے پیتل کی مانند شدھ کریں۔

گودنتی ہڑتال شودھن۔ ہڑتال کو ڈولا جنتر کے ذریعہ رس لیموں میں تین گھنٹے تک ابالیں۔ شدھ ہوگی۔

موتی سیپ (صدف مروارید) شدھ کرنا۔ دہی کے مٹھے میں تین روز تک بھگوئیں

برتن کو رات دن کھلا رکھیں اور مٹھے کو روزانہ بدلتے رہیں۔ تین دن بعد سیپ کو پانی میں دھوئیں۔

منڈور شودھن۔ (خبث الحدید مصفیٰ کرنا) برادہ لے کر آگ پر سرخ کرکے ترپھلا کے کاڑھے اور گئو موتر میں سات بار بجھائیں۔ منڈور شدھ ہوگا۔

نوٹ:- لوہا شدھ کرنے کے لئے برادہ کو آگ میں سرخ کرکے ترپھلا کے کاڑھے میں سات بار بجھائیں۔

ہڑتال ورقیہ شودھن۔ ہڑتال طبقی کے ٹکڑے لے کر ایک پوٹلی میں باندھ کر بذریعہ ڈولا جنتر ایک پہر تک چونا کے پانی میں جوش دیں۔ بعد میں ترپھلا کے کاڑھا میں دو پہر تک پکائیں۔ آخر میں پیٹھا کے پانی میں تین پہر تک پکائیں۔ ہڑتال ورقیہ اس عمل سے شدھ ہوگی۔

دواسازی میں کُشتہ جات کی قدروہمیت

اِنسانی جسم کو آیورَیدِ اصُول کے مطابق پانچ عناصر کا مجموعہ قرار دیا گیا ہے۔ اِن میں پرتھوی۔ جل۔ وایُو۔ اگنی اور آکاش شامل ہیں۔

پرتھوی سے مُراد اُن تمام عناصر سے ہے جن میں معدنیات بھی داخل ہیں۔ جسم میں معدنیات کی کمی سے مُتعدد امراض پیدا ہو جاتی ہیں۔ مثلاً فولاد کی کمی سے خُون میں سُرخ ذرّات کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔ جس کے باعث جسم میں پیلا پن اور چہرے پر تروتازگی کی جگہ بے رونقی نظر آنے لگتی ہے۔ اِس کمی اور خامی کو دُور کرنے کے لئے جسم کو فولاد کی ضرورت ہے۔ خام فولاد اپنی صحیح حالت میں نہ تو خامی پُورا کرنے کے قابل ہوتا ہے اور نہ ہی خورُدنی طور پر دیا جا سکتا ہے۔ جب تک فولاد کو ایک خاص طریقہ سے قابلِ خورُدنی نہ بنایا جائے۔ فولاد اپنے فوائد آشکار کرنے سے قاصر ہے۔

جسم میں کیلشیم کی کمی کی وجہ سے ہڈّیوں کی بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ ہڈّیاں کمزور اور ٹیڑھی ہونے لگتی ہیں۔ اِن حالات میں جسم میں کیلشیم پیدا کرنیوالی معدنیات درکار ہوتی ہیں مثلاً کُشتہ صدف۔ کُشتہ مرجان وغیرہ جو ایک اصُول کے مطابق معدنیات کو قابلِ استعمال بنائے ہوئے ہیں۔ اِسی طرح دُوسری معدنیات کی کمی سے جسم میں مُختلف بیماریاں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ پس انہیں جزوِ بدن بنانے کا واحد طریقہ کار یہ ہے کہ جن معدنیات کی ضرُورت ہے اُن کا قواعد و اصُول کے مطابق کُشتہ تیار کیا جائے۔ کُشتہ سازی کا مقصد بیمار جسم کو اُسکی مطلوبہ معدنیات کو مہیّا کرنا ہے۔ معدنیات کو خوُن میں تحلیل کرنے کا سب سے بہتر طریقہ کُشتہ سازی ہے۔

اِس فن کے متعلق آیورویدِ گرنتھوں میں یہ کُلیّہ بہ وضاحت درج ہے کہ کُشتہ کو جتنی زیادہ بار آنچ دی جائے اور جتنا زیادہ عرصہ کھرل کیا جائے وُہ کُشتہ اتنا ہی زیادہ زُوداثر، مقوّی اور مُفید ہوتا ہے۔ کھرل کرنے سے کُشتہ میں برقی توانائی پیدا ہو جاتی ہے جو اس کی طاقت کو کئی گُنا زیادہ بڑھا دیتی ہے

کُشتہ جات کی تیاری میں مختلف اقسام کی بُوٹیوں کے رس میں رگڑنے اور پُٹھ دینے کی خاص اہمیّت ہے مثلاً جس بُوٹی کے رس میں کھرل کیا جائے گا یا جس بُوٹی کی بھاونا دی جائیگی اُس بُوٹی کی تاثیر کُشتہ اپنے اندر جذب کر لیگا۔ اِس طرح ایک ہی کُشتہ کو درجنوں بُوٹیوں کے رسوں میں کھرل کر کے بھاونا دیجاتی ہے۔ جسکی بدولت کُشتہ میں کئی اِمراض کو دُور کرنیکی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔

بعض اوقات ایک ہی کُشتہ امرت دھارا کی طرح بہُت سی بیماریوں کے لئے اکسیر بن جاتا ہے۔ اگرچہ یہ دعویٰ موجُودہ لیبارٹریوں کے تجربوں میں ثابت نہیں ہو سکتا تاہم ہومیوپیتھک طریقۂ علاج ہمارے کُشتہ سازی سے مماثلت رکھتا ہے۔ ہومیوپیتھی کی ایک لاکھ پوٹینسی کی دوا دس نمبر کی پوٹینسی سے ٩٩٩٩٠ گُنا طاقتور ہو سکتی ہے جبکہ اسمیں اصل دوا کا جزو اِس سے ٩٩٩٠ واں حصّہ ہی رہ جاتا ہے۔ مَیں یہاں یہ قابلِ قدر نکتہ واضح کرنا چاہتا ہُوں کہ دوا کے کھرل کرنے سے اِسمیں ایک خاص لطافت سی پیدا ہو جاتی ہے جسے برقی توانائی بھی کہہ سکتے ہیں۔ جو اپنے لطیف اور حیرت کُن اثرات کے باعث اپنا اعجاز دِکھاتی ہے۔ اِسی وجہ سے قدیم زمانہ میں سنیاسی سادھو ایک ہی کشکول (تُونبی) سے اکسیر نکالتے تھے اور ہر نوعیّت کے مریض اور مرض کو حسبِ ضرورت مختلف ترکیبِ استعمال کے ہمراہ ایک ہی دوا

دیا کرتے تھے۔ سنیاسی لوگوں کی یہ اکسیرات جو مریض کو حیرت میں ڈال دیتی ہیں وہ سوائے کُشتہ کے اور کچھ نہیں۔ فولاد یا ابرک کا خاص الخاص کُشتہ جو درجنوں نایاب بُوٹیوں کے رسوں میں کھرل کر کے ہزاروں بار کی آنچ دینے سے برآمد ہوتا ہے۔

کُشتہ سازی کا فن اِس زمانے میں معدوم سا ہوتا چلا جا رہا ہے۔ حالانکہ اپنی خوبیوں اور تاثیرات کے لحاظ سے آیوروید میں اِس کا مقام افضل ہے۔ افسوس کہ ہم لوگ ان جواہرات کی قدر نہیں کر رہے۔ جو ہمارے پاؤں تلے روندے جا رہے ہیں۔

کُشتہ ابرک سیاہ

ترکیب :۔ ابرک سیاہ مصفیٰ ایک پاؤ کو آب برگ کگروندہ میں تین روز تک کھرل کر کے گلِ حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ اِس طرح تین بار آگ دیں۔ ازاں بعد آب برگ کٹھکل میں کھرل کر کے پانچ بار آگ دیں۔ پھر ترپھلا میں کھرل کر کے سات بار آگ دیں۔ اِس طرح آب برگ ارنڈ سُرخ میں کھرل کر کے سات بار آگ دیں۔ آخری بار تین بار آک کے دُودھ میں کھرل کر کے اور تین بار رس گھیکوار میں کھرل کر کے آگ دیں۔ کُشتہ عُمدہ برآمد ہوگا۔

خوراک :۔ نصف رتی ہمراہ شہد۔ ترپھلا۔ مکھن۔

فوائد :۔ تپ دق اور دُوسرے بخاروں کے لئے اکسیر اعلیٰ ہے۔ تقویت جسم۔ کھانسی۔ اور دمہ کے لئے بھی مستعمل ہوتا ہے۔

ہدایت۔ اگر اسمیں ستارے چمکدار نظر آئیں تو انہی بُوٹیوں کے رس کے ساتھ کھرل کر کے دو تین بار آنچ دیں۔ جب چمک ختم ہو جائے تب سمجھیں کہ کُشتہ عمدہ ہے

بعض حالات میں جبکہ آگ ٹھیک طریقہ سے نہ دی جائے ابرک کی چمک سَو سَو بار آگ دینے پر بھی نہیں جاتی۔

کُشتہ ابرک سفید

ترکیب :۔ ایک سیر ابرک سفید لے کر اسے قلمی شورہ ایک پاؤ کی تہہ میں رکھ کر ہنڈیا میں گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ ابرک برنگ سفید برآمد ہوگا۔ اِسے پانی میں دھو کر قلمی شورہ سے جُدا کر لیں۔ اور اب اِسے مُولی کے پانی میں تین دِن کھرل کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ اِسی طرح پانچ آگ دیں۔ پھر ترپھلا کے پانی میں کھرل کر کے تین بار آگ دیں۔ بعد میں رس بھنگرہ میں کھرل کر کے ایک آگ دیں۔ آخر میں بھینس کے دُودھ میں کھرل کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ کُشتہ عُمدہ تیار ہوگا۔

خوراک :۔ ایک تا دو رتی ہمراہ عرق گاؤزبان شربت نیلوفر۔

فوائد :۔ صفراوی بخاروں میں اپنا جوہر دکھاتا ہے۔ بخار کی حرارت کم کرتا ہے پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ پیشاب صاف لاتا ہے۔ جگری حرارت اور صفرا کو کم کرتا ہے۔

کُشتہ بارہ سنگھا

ترکیب :۔ عُمدہ بارہ سنگھا جو اندر سے خالی ہو ٹکڑے کر لیں اور اسے پیالہ میں رکھ کر اُوپر آک کا دُودھ اتنا ڈالیں کہ پُر ہو جائے۔ جب چند دنوں میں خشک ہو تب گلِ حکمت کر کے آگ گج پٹ کی دیں۔ اِس طرح اگر تین بار آنچ اور دیں تو کُشتہ کے اوصاف زیادہ عمدہ ہو جائینگے۔

خوراک :- ایک رتی تا دو رتی ہمراہ شہد۔ منقی یا گرم پانی۔

فوائد :- امراضِ سینہ۔ درد پسلی۔ درد اعصاب۔ نمونیہ۔ دمہ۔ درد سینہ میں بے حد مؤثر ہے۔ سانس لیتے وقت جب درد ہو تب بھی فائدہ کرتا ہے۔

کشتہ پوست بیضۂ مرغ

ترکیب :- مرغی کے انڈوں کے چھلکوں کو پانی میں نمک ڈال کر رکھیں چار روز بعد اندرونی باریک چھلکا دور ہو جائے گا۔ اب ان ایک پاؤ انڈوں کے چھلکوں کو رس بھنگ میں کھرل کر کے اسی کے نغدہ میں گلحکمت کر کے ایک من اُپلوں کی آگ دیں۔ اس طرح تین بار آگ دینے سے کشتہ ہوگا۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ مکھن یا سپاری پاک۔

فوائد :- سیلان الرحم۔ جریانِ منی۔ احتلام۔ سرعت۔ سوزاک میں مفید ہے۔ اندام نہانی کی رطوبت اور سرسراہٹ کو دور کر کے تسکین دیتا ہے اندام نہانی کی خارش کو دور کرتا ہے۔ ممسک و مقوی باہ بھی ہے۔ اعلیٰ درجہ کا حیوانی کیلشیم ہے۔

کشتہ پروال (مونگا مرجان)

ترکیب :- مرجان دو تولہ کو نغدہ گھی کنوار میں رکھ کر گل حکمت کریں اور آٹھ سیر کوٹلوں کی آنچ دیں۔ اس کے بعد اسے دودھ گائے میں رگڑ کر تین آنچ اور دیں۔ نرم سفید کشتہ برآمد ہوگا۔

نوٹ :- صرف گھی کنوار میں کشتہ بنانے سے ایک نقص رہ جاتا ہے

کہ اس کے ذائقہ میں تلخی ہو جاتی ہے مگر گائے کے دودھ میں رگڑ کر آنچ دینے سے یہ نقص رفع ہو جاتا ہے۔

خوراک :- ایک رتی تا چار رتی ہمراہ مکھن یا شہد۔

فوائد :- اعلیٰ درجہ کا کیلشیم ہے۔ دل کو طاقت دیتا ہے۔ بخار کو تسکین دیتا ہے۔ کھانسی رفع کرتا ہے۔ جریان احتلام کو مفید ہے۔ کیونکہ ویرج کو درست بناتا ہے۔ مثانہ کی کمزوری کے لئے بھی یہ اعلیٰ کشتہ ہے۔ زکام ہٹاتا ہے۔ لیکوریا میں عورتوں کو دینے سے آرام ہو جاتا ہے۔ نکسیر۔ کثرت طمث میں جبکہ خون رقیق ہو جاتا ہے اور بذریعہ مسامات وجھلی رسنے لگتا ہے یہ کشتہ خون کو غلیظ کر کے بہنے سے روکتا ہے۔ ہڈیوں کو مضبوط بناتا ہے۔ بچوں کے دانت نکالنے میں اپنا اثر دکھاتا ہے۔

کشتہ پیتل

ترکیب :- بیس (۲۰) تولہ پیتل کا برادہ لیکر اسمیں سنل اور گندھک بیس بیس تولہ شامل کر کے رس لیموں میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گج پٹ کی آنچ دیں۔ اسی طرح ہر دفعہ سنل اور گندھک ملا کر رس لیموں میں کھرل کر کے آٹھ دفعہ گج پٹ کی آنچ دینے سے کشتہ تیار ہوگا۔ ازاں بعد ایک پُٹ صرف رس لیموں میں کھرل کر کے دیں۔

خوراک :- ½ تا ایک رتی ہمراہ شہد، رُبّ انار وغیرہ۔

فوائد :- کشتہ پیتل امراضِ جگر۔ نکسیر آنا۔ سنگرہنی۔ درد شکم۔ کرم امعاء کے لئے نافع ہے۔

کُشتہ تانبہ

ترکیب :- برادہ تانبہ نصف سیر لے کر اسے رس گھی کنوار میں ایک روز کھرل کر کے گلِ حکمت کر کے بیس سیر اُپلوں کی آگ گج پٹ سے دیں۔ بعد میں چوتھائی حصّہ یعنی دس تولہ گندھک بھی رس لیموں میں کھرل کر کے ٹکیاں بنائیں اور اس کی پچیس بار آگ دیں تا آخر میں ایک آگ پنچ امرت لگائے کا دودھ۔ گھی گاؤ۔ دہی مصری۔ شہد۔ مکھن) کی دیں تو بیحد گرانقدر کُشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- نِصف تا ایک رتی ہمراہ شہد۔

فوائد :- کھانسی سینہ کے اِمراض۔ بادی اور بلغمی امراض۔ پیٹ کے کیڑے۔ ضعفِ جگر اور ضعفِ باہ اور نامردی میں اپنا کمال دکھاتا ہے۔ جسم سے زہریلے اور فاسد مواد کا اخراج کرتا ہے۔

نوٹ :- اِس کے عُمدہ و اعلیٰ ہونے کی شناخت ملاحظہ ہو کہ چٹکی سا کُشتہ قدرے دہی میں کھرل کریں۔ اگر زنگ نہ دے تو بہتر ہے۔ بالفرض زنگاری رنگ پکڑ لے تو ناقص ہے اور اسے ہرگز اِستعمال میں نہ لائیں ورنہ قے ہو جائیگی۔ لہٰذا اُسے درج ہے۔

کُشتہ تِردھاتا (سہ دھاتا)

ترکیب :- قلعی جست اور سکّہ مساوی الوزن لے کر آہنی کڑاہی میں ڈال کر تیز آنچ دیں۔ پگھلنے پر یکجان ہو جائے۔ تب سفوف پوست خشخاش

چٹکی سے ڈالتے رہیں اور اِس دوران آہنی ڈنڈے سے رگڑتے رہیں۔ جب تمام خاکستر ہو جائے برابر رگڑتے رہیں کہ مثلِ غبار بن جائے۔ نیچے اُتار کر رس گھی کنوار اور رس بُوٹی بلا۔ اور رس بُوٹی ہزار دانی میں بالترتیب علیحدہ علیحدہ کھرل کر کے ٹکیاں بنائیں۔ گلِ حکمت کر کے آگ دیں۔ کم از کم سات بار آنچ دیں کُشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد مکھن یا بالائی۔

فوائد :- مادہ منویہ کو غلیظ کر کے جریان منی۔ احتلام اور سرعت کو روکتا ہے۔ اِمساک پیدا کرتا ہے۔ مردانہ قُوّت میں بھی خاصہ اضافہ کرتا ہے۔ جسم میں اُمنگ اور توانائی کو برقرار رکھتا ہے۔ سوزاک میں بھی نفع کرتا ہے۔ اگر شربت بزوری کے ہمراہ دیں۔ عورتوں کے سیلان الرّحم (رحم سے سفید رطُوبت بہنا) میں بھی نفع کثیر دیتا ہے۔

کُشتہ جست

اجزاء :- جست آہنی کڑاہی میں پگھلا کر سفوف پوست خشخاش کی چٹکی ڈالیں اور آہنی ڈنڈے سے رگڑتے رہیں۔ نیچے آگ خُوب تیز کریں۔ نرم آنچ پر جست کا کُشتہ نہیں بنتا۔ جب جست پھُولنا شروع ہو تب بہت سی گیس نِکلتی معلُوم ہوں گی۔ شگفتہ ہونے پر نیچے اُتار لیں۔ بعد میں رس گھی کنوار میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گلِ حکمت کریں اور چار سیر اُپلوں کی مزید سات بار آنچ دیں۔ عُمدہ کُشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- ایک رتی ہمراہ مکھن و شہد

فوائد :- اندرونی آنتوں سے خون کا جاری ہونا۔ پیشاب کی بیماریاں۔ مثلاً سوزش، جلن وغیرہ جریان احتلام۔ چھپاکی میں نمایاں اثر دکھاتا ہے۔ چھپاکی (ترلی) کے لئے ایک ہی خوراک اپنا معجزہ دکھاتی ہے۔

کشتہ چاندی (نقرہ)

ترکیب :- ورق نقرہ ۴ تولہ کو ایک تولہ گندھک اور رس لیموں میں کھرل کریں اور بعدہ، گلحکمت دو سیر اپلوں کی آنچ دیں۔
آنچ نرم ہونی چاہیئے۔ تیز ہونے سے کشتہ نہیں بنے گا کیونکہ چاندی کم درجہ حرارت پر ہی گداز ہو جاتی ہے۔

خوراک :- نصف تا ایک رتی ہمراہ مکھن۔ بالائی یا شہد۔

فوائد :- اعضاء رئیسہ و شریفہ کو قوت بخشے۔ مفرح القلب اور مقوی دماغ ہے۔ جریان منی۔ احتلام۔ ذکاوت حس۔ اور گرمی مثانہ کو نافع ہے۔ ذیابیطس میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ صفراوی مزاج والوں کو موافق ہے۔ مثانہ کو طاقت دے کر بار بار پیشاب آنے سے روکتا ہے۔

کشتہ چاندی

اجزاء و ترکیب :- تین تولہ چاندی کے باریک پترے بنا کر ہڑتال ایک تولہ کو رس لیموں میں رگڑ کر چاندی کے پتروں پر لیپ کر دیں۔ بعدہٗ خشک ہونے پر

پتروں کو مٹی کے چھوٹے پیالے میں بند کر کے تیس جنگلی اپلوں کی آنچ دیں۔ دوبارہ نکال کر ایک تولہ ہڑتال اور رس لیموں کیساتھ کھرل کر کے ٹکیاں بنا کر حسب سابقہ پیالہ میں بند کر کے تیس جنگلی اپلوں کی آنچ دیں۔ اس طرح چودہ بار آنچ دینے سے کشتہ ملائم تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ شہد۔ مکھن یا بالائی۔

فوائد :- چاندی ذائقہ میں شیریں اور سرد ہوتی ہے۔ یہ وائیو اور کف (بادی و بلغمی) کے امراض میں نفع کرتی ہے۔ قوت ہاضمہ کو بڑھاتی ہے۔ نیز خوراک میں رغبت پیدا کرتی ہے۔ طاقت بخش ہے۔ عمر دراز کرنے والی ہے اور قوت حافظہ و قوت دل کے لئے اکسیر صفت ہے۔ جریان دور کرتی ہے۔ مثانہ کی حدت کو کم کرتی ہے۔ تسکین قلب کرتی ہے اور مفرح اعلیٰ ہے۔ صفراوی مزاج والوں کو از حد فائدہ پہنچاتی ہے۔

کشتہ زہر مہرہ

ترکیب :- ایک پاؤ عمدہ سبز رنگت کا زہر مہرہ۔ ہاون دستہ میں کوٹ کر باریک کریں۔ بعد میں دو سیر عرق گلاب عمدہ میں کھرل کریں۔ حتیٰ کہ تمام عرق جذب ہو جائے۔ نہایت ملائم اور عمدہ کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف تا دو رتی ہمراہ شہد وغیرہ۔

فوائد :- امراض صفراوی میں فائدہ کرتا ہے۔ بالخصوص بچوں کے امراض

میں عام استعمال ہوتا ہے۔ عطش (زیادتی پیاس) کو روکتا ہے۔ قے۔ ہرے پیلے دست۔ گرمی وغیرہ میں عرق گلاب یا عرق سونف کے ساتھ استعمال کرنے پر افاقہ ہوتا ہے

کُشتہ سیسہ (سِکّہ سُرب)

ترکیب :- سِکّہ ایک چھٹانک لیکر آہنی کڑاہی میں پگھلائیں اور اسی کے وزن برابر قلمی شورہ کا سفوف قدرے قدرے مِلاتے رہیں اور نیم کے سبز ڈنڈے سے ہلاتے رہیں۔ جب سِکّہ مثل راکھ ہو جائے تب دیر تک رگڑتے رہیں۔ قلمی شورہ کی دُوسری چٹکی اسی وقت ڈالیں جبکہ پہلی چٹکی بخُوبی مِل جائے۔

بعد ازاں اُتار کر سرد کر لیں اور پانی سے دھو کر خشک کر لیں۔ نیم کے رس میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گلحِکمت کریں اور دو سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔ اسی طرح یکے بعد دیگرے گیارہ بار آنچ دیں۔ کُشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- دو تا چار رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد :- ذیابیطس۔ سوزاک۔ حرکت البول۔ جریانِ منی۔ احتلام۔ مادہ منویہ کا رقیق ہونا۔ جریان خون۔ بالخصوص کثرتِ طمث (خُونِ حیض کا برابر جاری رہنا) میں زُود اثر ہے۔ کثرتِ طمث کے لئے تین بار دِن میں دینے سے فوراً نفع ہوگا۔

کُشتہ سنکھ

ترکیب :- سنکھ کے ٹکڑے لے کر سِرکہ یا رس لیموں میں اُبال کر شُدھ کر کے

کُوزہ گلی میں ڈالیں۔ اُوپر سے رس گھیکوار ڈالیں۔ گلحِکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں تین آنچ میں عُمدہ کُشتہ تیار ہوگا۔ مزید بہتر بنانے کے لئے دُودھ گاٹے میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گلحِکمت کریں اور ایک بار مزید آنچ دیں۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد یا تین ماشہ لون بھاسکر چُورن۔

فوائد :- خرابی ہاضمہ دردِ شکم۔ اپھارہ۔ قراقرِ شکم۔ امراضِ جگر اور بخاروں کے لئے مفید ہے۔ نوجوان عورتوں اور مردوں کے چہرے کے کیل دُور کرنے میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ بد نما چہرہ کو خُوبصورت بناتا ہے۔

کُشتہ سنکھیا (سمّ الفار)

ترکیب :- ایک ہنڈیا میں مُولی کی راکھ بقدر ایک سیر کو نیچے اُوپر رکھ کر دو تولہ شُدّہ سنکھیا سفید رکھیں۔ راکھ مُولی اچھی طرح دبا دیں۔ بعد میں ہنڈیا کے اُوپر سرپوش رکھ کر خوب اچھی طرح گلحِکمت کریں اور چُولہے پر رکھ دیں۔ نیچے لکڑی کی مدّھم آنچ دیں۔ بارہ گھنٹے تک متواتر آگ دینے سے کُشتہ سنکھیا تیار ہوتا ہے۔

نوٹ :- راکھ مُولی مُیسّر نہ ہو تو اس کی بجائے اپامارگ بُوٹی کی راکھ استعمال کریں

خوراک :- نصف چاول تا ایک چاول منقیٰ مویز میں رکھ کر دیں۔ اُوپر سے دُودھ میں گھی مِلا کر پلائیں۔

فوائد :- کھانسی۔ دمہ۔ سردی کا بُخار اور نامردی میں اپنا خاص اثر دِکھاتا ہے۔ بلغم کو خارج کرتا ہے خُون پیدا کرتا ہے۔ دورانِ استعمال۔ دودھ۔ گھی۔ مکھن بالائی خُوب دیں۔ **پرہیز :-** مُولی کھانے کو ہرگز نہ دیں۔

کُشتہ سونا

ترکیب :- برادہ سونا ایک تولہ۔ پارہ شُدھ دو تولہ۔ گندھک شُدھ ۳ تولہ۔
سونے کو دو تولہ پارہ کے ہمراہ خوب کھرل کریں۔ جب یکجان ہو کر گولا سا بن جائے تب گندھک کو باریک پیس کر ڈیڑھ تولہ گندھک پیالے میں ڈال دیں۔ اُس کے اُوپر سونے اور پارے کی بنی ہوئی ٹِکیہ (گولی) رکھ دیں اور اِسے ڈیڑھ تولہ گندھک سے ڈھانپ دیں۔ اِس پیالے کے اُوپر دُوسرا پیالہ رکھ کر گلحکمت کریں۔ اور اِسے تین جنگلی اُپلوں کی آنچ دیں۔ اِسی طرح ہر بار ۲ تولہ پارہ میں کھرل کر کے تین تولہ گندھک اُوپر نیچے رکھ کر اکیس (۲۱) بار آنچ دیں۔ عمدہ قسم کا کُشتہ سونا تیار ہو گا۔

خوراک :- ۱/۸ رتی تا ۱/۴ رتی ہمراہ شہد۔ بالائی۔ مکھن۔

فوائد :- واضح ہو کہ جسم میں سونے کی مقدار بہت قلیل ہوتی ہے۔ لہٰذا سونے کی خوراک اِسی قدر کم مقدار میں استعمال کی جاتی ہے جو نہایت مُفید ہے۔ مشاہدہ میں آیا ہے کہ تپدق کے مریضوں کو سونے کے زیادہ مقدار والے رسوں کی نسبت کم مقدار والے رس زیادہ زُود اثر ثابت ہوتے ہیں۔

اعضائے رئیسہ و شریفہ کو بے حد طاقت دیتا ہے۔ دل و دماغ۔ جگر، معدہ گُردہ و مثانہ کو قوت دیتا ہے۔ جسم کے ناکارہ ٹیشوؤں (TISSUES) کو دوبارہ زندگی بخشتا ہے۔ اِسی وجہ سے لمبی بیماری کی وجہ سے سُست اور کم زور اعضاء کو از سرِ نو طاقت اور حرکت بخشتا ہے۔ نیز جسم میں سمیاتی (زہریلے) اثرات کو جو کہ متعدد امراض پیدا کرنے کا باعث ہیں زائل کرتا ہے۔ ذہانت اور یادداشت کی فراخی

کرتا ہے۔ مقوی بدن ہے۔ جسم کی ناطاقتی اور سُستی کو دُور کر کے چُستی و چالاکی پیدا کرتا ہے۔ جسم کو سڈول اور خوبصورت کرتا ہے۔

کُشتہ سونا (طلا)

ترکیب :- ورق سونا ایک تولہ۔ گندھک آملہ سارہ ۴۵ تولہ۔ رس کنوار گندل کپڑے میں چھنا ہوا ایک بوتل۔

ایک تولہ گندھک کھرل میں ڈالیں۔ بعد میں ایک ایک کر کے ورق سونا۔ اور تھوڑا تھوڑا رس کنوار گندل ڈال کر کھرل کرتے رہیں۔ جب تمام اوراق داخل ہو جائیں تب ایک ٹکیہ بنا لیں اور خشک کر کے گلحکمت کر کے ۲½ سیر اُپلوں کی آگ (زمین میں گڑھا کھود کر) دیں۔ سرد ہونے پر ٹکیہ کو کھرل میں ڈال کر ایک تولہ گندھک کا اضافہ کر دیں۔ اور قدرے رس گھیگوار ڈالیں۔ کھرل کرنے کے بعد دوبارہ ٹکیہ بنا کر ۲½ سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔ اِسی طرح علی الترتیب ۴۵ بار یہ عمل دُہرائیں حتیٰ کہ گندھک ختم ہو جائے۔ گندھک اُڑ جاتی ہے اور جزو کُشتہ نہیں بنتی۔ آخر میں صرف رس گھیگوار میں کھرل کریں اور آگ دیں۔ اِس طرح چار بار رس گھیگوار میں کھرل کر کے آگ دیں۔ بعد میں کُشتہ سونا کو نکال کر روح گلاب عمدہ ایک تولہ میں کھرل کر کے محفوظ رکھیں۔

خوراک :- ایک چاول تا نصف رتی ہمراہ بالائی مکھن وغیرہ میں۔

فوائد :- اعضائے رئیسہ و شریفہ کو قوت بخشتا ہے ذہانت، یادداشت اور نظر کو تیز کرتا ہے۔ جنون و دیوانگی۔ مراق مالیخولیا۔ عصبی کمزوری۔ تپ دق

گردوں کی کم زوری و مثانہ کے امراض میں اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ ٹائیفائیڈ بخار میں فائدہ کرتا ہے۔ خون کی حدت کم کرتا ہے۔ حرارت غریزی کو بڑھاتا ہے۔

کشتہ سونا مکھی

ترکیب :۔ سونا مکھی شدھ دو چھٹانک کو ہمراہ گندھک نصف چھٹانک روغن ارنڈ سے کھرل کر کے ٹکیاں بنالیں اور گلحکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں اس طرح سات آنچ دیں۔

خوراک :۔ ایک رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد :۔ بے خوابی۔ دماغی کم زوری۔ دل کی کم زوری۔ یرقان۔ حیض کی خرابی۔ شکم آنا۔ بواسیر اور بچوں کے امراض میں دیا جاتا ہے۔ جسم میں خون بھی پیدا کرتا ہے۔

کشتہ سنگ یشب

ترکیب :۔ سنگ یشب برنگ صاف شفاف بے رگ و ریشہ لے کر آگ میں سرخ کر کے عرق گاؤزبان میں اکیس بار بجھائیں بعد میں باریک کر کے بکری کے دودھ میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر دس سیر اپلوں کی آگ دیں۔ اسی طرح تین بار مزید آنچ دیں۔

خوراک :۔ ایک تا دو رتی ہمراہ مربہ گاجر۔ سیب۔ آملہ۔ گلقند یا مکھن۔ ورق چاندی سے ملفوف۔

فوائد :۔ تقویت دل کے لئے بے نظیر ہے۔ دل کی دھڑکن دل ڈوبنا

دل بیٹھنا۔ دل کا گم ہونا۔ دل کا کمزور ہونا۔ دل کی حرارت وغیرہ امراض میں اکسیر ہے۔

کشتہ سنگ یہود (حجر الیہود)

ترکیب :۔ سنگ یہود کو آب مولی میں کھرل کر کے ٹکیہ بنالیں اور گلحکمت کر کے چھ سیر اپلوں کی آگ دیں۔ اس طرح تین بار آگ دیں۔ بعد میں دوبارہ آب برگ کیلہ میں کھرل کر کے آگ دیں۔ کشتہ ہوگا۔

خوراک :۔ ایک تا دو رتی ہمراہ شربت انار یا رب انار۔

فوائد :۔ سوزاک۔ سوزش البول۔ پیشاب کی جلن۔ سنگ مثانہ و گردہ میں فائدہ کرتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے نکالتا ہے۔

کشتہ شنگرف

ترکیب :۔ شنگرف رومی ایک تولہ۔ شیر مدار ایک پاؤ میں تھوڑا تھوڑا کھرل کریں۔ جب شنگرف میں تمام دودھ جذب ہو جائے تب ٹکیہ بنا کر دھوپ میں خشک کر لیں۔ بعد اس کے ٹکیہ ہذا کو ایک چھٹانک سفوف میں ملفوف کر دیں۔ اب اسے ایک سیر اپلوں کے درمیان رکھ کر آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکال کر محفوظ رکھیں۔

ہدایت :۔ آگ دیتے وقت ہوا کا خیال رکھیں۔

خوراک :۔ ایک تا دو رتی ہمراہ شہد۔ مکھن یا بالائی

فوائد :۔ ضعف باہ۔ ضعف اعصاب (پٹھوں کی کم زوری) اور نامردی

کے لئے خاص وصف رکھتا ہے۔ چہرے کی رنگت کو سرخ و سفید کرتا ہے۔ مولدِ خون (خون پیدا کرنے والا) ہے۔ دافع بلغم ہے۔

گشتہ شنگرف

ترکیب: ۔ شنگرف رومی دو تولہ۔ بھلاواں (ٹوپی دور کردہ) تین چھٹانک جوکوب کردہ۔ اول آہنی کڑاہی میں بھلاواں ڈال کر شنگرف کی ڈلی رکھیں۔ اوپر شہد تین چھٹانک اور گھی گائے، تین چھٹانک ڈال دیں نیچے تیز آگ روشن کریں۔ مگر دھوئیں سے اپنے آپ کو محفوظ رکھیں۔ جب کڑاہی کے اندر آگ لگ جائے نیچے کی آگ بند کر دیں۔ اور سرد ہونے پر شنگرف کی ڈلی کو شیر مدار (دودھ آک) ایک چھٹانک میں کھرل کر کے ٹکیہ بنائیں۔ اور دوبارہ شیر مدار میں تر کر کے ایک پاؤ نغدہ لہسن میں رکھ کر گلحکمت کر کے چار سیر اپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکالیں۔ اسی ترکیب سے سات بار آگ دینے سے اعلیٰ درجہ کا گشتہ شنگرف برنگ سرخ اور باوزن تیار ہوگا۔

احتیاط: ۔ آگ بیحد تیز نہ ہو۔

خوراک: ۔ نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ مکھن شہد بالائی یا منقیٰ میں رکھ کر اوپر سے دودھ پلائیں۔

فوائد: ۔ نامردی۔ اعصابی کمزوری (پٹھوں کی سستی) امراضِ بلغمی وبادی وجع المفاصل۔ ادھرنگ۔ بلغمی کھانسی۔ دمہ کے لئے اکسیر الاثر ہے۔ مردہ اعصاب میں برقی لہریں پیدا کرتا ہے۔ بوڑھوں کے لئے تجدیدِ شباب کا پیغام ہے۔

اور نوجوانوں کے لئے روحِ حیات۔ کم زور مردوں کے لئے بہارِ جاوداں سے کم نہیں۔ جسم میں سیروں تازہ خون پیدا کر کے چہرے پر شگفتگی و تازگی نکھارتا ہے عضوِ مخصوص کے استرخاء کو دور کر کے نعوظ بھی لاتا ہے خون کے دورے کو تیز کرتا ہے۔ بلغم کا اخراج کرنے میں بھی لاثانی ہے۔ دورانِ استعمال مرغن غذائیں دیں تاکہ خوراک جزوِ بدن بن سکے۔

گشتہ شنگرف

ترکیب: ۔ شنگرف رومی شدھا ایک تولہ۔ آہنی توے پر نصف پاؤ جوکوب کردہ مالکنگنی ڈال کر اوپر شنگرف رکھیں۔ شنگرف کے اوپر نصف پاؤ مالکنگنی ڈالیں نیچے نرم آنچ دیں۔ جلنے پر سرد کر کے محفوظ رکھیں۔ کشتہ ہمرنگ ہوگا۔

خوراک: ۔ ایک رتی ہمراہ شہد مکھن بالائی۔

فوائد: ۔ جسم میں تازہ خون پیدا کرتا ہے۔ ضعفِ دل، ضعفِ دماغ ضعفِ جگر اور نامردی کے لئے پیغامِ شباب ہے۔ پٹھوں کو طاقت دیتا ہے بلغم کو پکا کر خارج کرتا ہے۔ چہرے کو سرخ و سفید بنا کر خوبصورت بناتا ہے۔ دورانِ استعمال دودھ گھی انڈے خوب دیں۔

گشتہ عقیق

ترکیب: ۔ عقیق عرقِ گلاب میں اکیس بار بجھایا ہوا برنگ سرخ پاؤ بھر ٹکڑے ٹکڑے کر کے ارجن چھال کے کاڑھے میں کھرل کر کے اس کے نغدے

میں رکھ کر گلحکمت کریں اور پندرہ بار آنچ دیں۔

کُشتہ برنگ سفید برآمد ہوگا۔ رُوح کیوڑہ و گلاب میں کھرل کریں حتیٰ کہ باریک ہو۔

خوراک :۔ ایک رتی تا دو رتی ہمراہ مکھن۔ مربہ آملہ۔ سیب یا گذر۔

فوائد :۔ تقویت دِل کے لئے لاثانی کُشتہ ہے۔ دِل بیٹھنا۔ کمزور ہونا۔ دل ڈوبنا۔ دِل دھڑکنا۔ غشی۔ دِل کا گُم ہونا میں ازحد مُفید ہے۔

دِل کے عِلاوہ جگر اور دِماغ کو بھی طاقت دیتا ہے۔ ضعفِ بصارت کو دُور کرتا ہے۔

کُشتہ فولاد (بلا آنچ)

ترکیب :۔ برادہ فولاد سوہان کردہ (ریتی سے رگڑا ہُوا) ایک چھٹانک لیکر چینی کے برتن میں ڈال کر اُوپر سے سرکہ جامن اِس قدر ڈالیں کہ ایک اُنگلی سطح سے اُوپر رہے۔ جب سرکہ جذب ہوجائے تب اِتنی ہی مقدار میں آب انار تُرش ڈالیں خشک ہونے پر رس لیموں ڈالیں۔ جب خُشک ہوجائے تب رس سنگترہ ڈالیں اور خُشک کریں۔ آخر میں ترپھلا کے کاڑھا میں خُشک کرلیں۔ نہائت عُمدہ نرم کُشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک :۔ ایک تا چار رتی ہمراہ مکھن۔ رُبِ انار وغیرہ۔

فوائد :۔ ضعفِ جگر۔ عظمِ جگر (جگر کا بڑھنا) یرقان۔ جگر و مثانہ کی گرمی صفراء کی کثرت۔ عطش (زیادہ پیاس لگنا) کمیٔ خون۔ چہرے کی زردی جسم کی کم زوری اور ناطاقتی میں فائدہ کرتا ہے۔ خون میں سُرخ ذرّات کی کمی کو پُورا کرتا ہے۔

کُشتہ فولاد

ترکیب :۔ برادہ فولاد (ریتی والا) ایک پاؤ لے کر ترپھلا کے کاڑھے میں کھرل کرکے اکیس بار آنچ دیں۔ بعد میں مکو۔ اٹ سٹ یا شنگرف کی سات سات بار آگ دیں۔

نوٹ :۔ فولاد کو زیادہ تیز آنچ نہیں دینی چاہیئے۔

خوراک :۔ ایک رتی ہمراہ مکھن شہد یا بالائی۔

فوائد :۔ جگر کی کمزوری۔ جگر کا بڑھنا۔ خون کی کمی۔ خون میں سُرخ ذرّات کی کمی۔ جسمانی کمزوری۔ چہرے کی بے رونقی اور پیلاپن۔ تپ دِق میں اکسیر ہے خون صالح پیدا کرکے جسم کو طاقت اور چہرے کی رونق کو دوبالا کرتا ہے۔ قوّتِ باہ کو بھی نافع ہے۔ اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے۔

کُشتہ کیس

ترکیب :۔ چالیس تولہ کیس سبز عُمدہ لے کر آب بھنگرہ میں بارہ گھنٹے تک کھرل کرکے ٹکیہ بنا کر خُشک کریں۔ بعدہٗ پیالہ میں گلحکمت کرکے دس سیر اُپلوں کی نرم آنچ دیں۔ تین دفعہ آنچ دینے پر سُرخ رنگت کا کشتہ تیار ہوگا۔ تقریباً دس تولہ کُشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک :۔ ۱ تا تین رتی ہمراہ ترپھلا کاڑھا۔ شہد یا گھی یا مناسب بدرقہ۔

فوائد :۔ کیس میں فولاد کا جزو ہوتا ہے۔ لہٰذا یہ یرقان۔ کمیٔ خون۔ امراقِ جگر

فوائد: - امراضِ جگر مثلاً ضعفِ جگر، صلابتِ جگر (جگر کی سختی) عُظمِ جگر (جگر کا بڑھنا) میں بے حد مُفید ترین ثابت ہوتا ہے۔ علاوہ بریں تقویتِ باہ کو بھی نفع دیتا ہے۔

کُشتہ قلعی

ترکیب: - قلعی ایک پاؤ کو مٹی کی کڑاہی میں پگھلائیں۔ اور اس میں پُٹھ کنڈے ایک سیر کا نُخدہ رکھ کر لوہے کی کڑچھی سے رگڑیں۔ آنچ تیز رکھیں جس سے مٹی کے برتن کا پیندا سُرخ ہو۔ جب تمام قلعی خاکستر ہو جائے تب پانی میں دھو کر پُٹھ کنڈا خارج کر دیں اور قلعی کو رس گھی کنوار میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گلحکمت کریں۔ اب اسے پانچ بار آگ دیں۔ سفید اور نرم کُشتہ تیار ہو گا۔ پُٹھ کنڈے کی بجائے اگر بھنگ سے کام لیا جائے تو کُشتہ بید مُمسک ہو جائے گا۔

خوراک: - ایک رتی ہمراہ مکھن۔ بالائی یا شہد۔

فوائد: - جریان۔ احتلام۔ سرعت انزال کے لئے اکسیر ہے۔ مادہ منویہ کی اصلاح کر کے اُسے گاڑھا کرتا ہے۔ جس سے جلد انزال نہیں ہوتا۔ ذکاوتِ حس دُور ہوتی ہے۔ مثانہ کی کمزوری دُور کرتا ہے۔ امساک پیدا کر کے قوتِ باہ بڑھاتا ہے۔ مثل مشہور ہے کہ "گھوڑے کو تنگ، مرد کو بنگ"۔
کُشتہ قلعی امراضِ منی میں بے حد مجرب ثابت ہوا ہے۔

کُشتہ قلعی

ترکیب: - پانچ تولہ قلعی کو شُدھ کر کے بُوٹی زخم حیات (پتھر چٹہ) کے

اور امراضِ شکم کے لئے فائدہ مند ہے۔ جسم میں خُون کی کمی کے سبب حیض کا کم مقدار میں آنا اس کے استعمال سے رفع ہو جاتا ہے۔

کُشتہ کوڑی (خرمہرہ)

ترکیب: - زرد کوڑی ایک سیر کو گُودا کنوار گندل نصف سیر میں رکھ کر گلحکمت کریں۔ ایک من اُپلوں کی آنچ دیں۔ اور اسی طرح رس کنوار گندل میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر مزید تین بار آنچ دیں۔ آخر میں بکری کے دُودھ یا دُودھ گاؤ میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر ایک آنچ دیں۔ سفید ملائم کُشتہ برآمد ہو گا۔

خوراک: - ایک رتی سے چار رتی تک ہمراہ شہد مکھن۔ بالائی یا دودھ۔

فوائد: - نہایت عُمدہ کیلشیم ہے۔ امراضِ شکم میں فائدہ مند ہے۔ جریان کو دُور کرتا ہے۔ کمزور ہڈیوں کو طاقت دیتا ہے۔ مرضِ تپدق میں بھی مفید ہے۔ سنگرہنی کے لئے سُود مند ہے۔ کُشتہ ہذا کا بلغمی اور بادی امراض میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

کُشتہ کانسی

ترکیب: - برادہ کانسی لے کر رس لیموں کے ہمراہ مساوی الوزن کجلی (پارہ گندھک باہم رگڑنے سے بنتی ہے) ملا کر کھرل کریں۔ اور ٹکیاں بنا کر گلحکمت کر کے گجپٹ کی آگ دیں۔ سات بار آگ دینے سے کُشتہ برنگ سیاہ برآمد ہو گا۔

خوراک: - نصف رتی ہمراہ مکھن۔

نصف سیر نُغدہ میں رکھ کر گلحکمت کریں اور سات سیر اوپلوں کی آنچ دیں دوبارہ آنچ دینے سے شگفتہ ہوگی۔

خوراک: ایک رتی تا دو رتی ہمراہ مکھن یا مُوصلی پاک۔

فوائد: ویریج کو گاڑھا کر کے جریان احتلام کو فائدہ دے۔ سُرعت انزال ذکاوتِ حس۔ گرمیٔ مثانہ۔ ضعفِ مثانہ۔ پیشاب کا بار بار آنا۔ پیشاب میں رطوبت آنا۔ پیشاب کا الگ کرانا اور جملہ امراضِ منی و بول میں نفع کرے۔ طبعی اِمساک پیدا کرے۔

کُشتہ ہڑتال گودنتی

ترکیب: ہڑتال کے سفید چمکدار ٹکڑے لے کر نُغدہ گلو۔ نُغدہ گھیکوار برگ نیم یا برگ بول کے نُغدہ میں رکھ کر آگ دیں۔

دیگر اعلیٰ ترکیب:

ایک پاؤ ہڑتال کو پیپل کی چھال کے ایک سیر نُغدہ میں رکھ کر گِل حکمت کر کے سات دفعہ آنچ دیں۔ تو جو کشتہ برآمد ہوگا وُہ مرض تپدق کے لئے تریاق ہوگا۔

خوراک: ایک رتی سے چار رتی تک ہمراہ مناسب بدرقہ۔

فوائد: بخار ہر قسم ملیریا بخار۔ انفلوئنزا۔ بالخصوص۔ سردرد۔ زکام نزلہ۔ کھانسی۔ مذکورہ بالا امراض کے لئے تیر بہدف ثابت ہوا ہے۔

کُشتہ ہڑتال ورقیہ

ترکیب: ہڑتال ورقیہ شدھ ایک تولہ اور سُرخ پھٹکڑی چار تولہ۔

اوّل کوزہ میں نصف پھٹکڑی کا سفوف رکھ کر اُوپر ہڑتال رکھیں۔ اور باقی ماندہ پھٹکڑی اُوپر بچھا دیں۔ بعد میں اسے گلحکمت کریں۔ اور خشک ہونے پر دو سیر سرکنڈوں کی آنچ دیں۔ سرد ہونے پر ہڑتال ورقیہ ملی گلابی رنگ کی پھٹکڑی شگفتہ ہُوئی نکالیں۔ اس میں سے ہڑتال کافی اُڑ جاتی ہے تاہم خاصہ فائدہ دیتی ہے۔

خوراک: ایک تا دو رتی دن میں دو بار دیں۔

فوائد: نئے بخار اور پُرانے بخار کو دُور کرتی ہے۔ بخار ملیریا سے تین گھنٹے بقدار ۲ ماشہ پہلے دینے سے اور دوبارہ دو گھنٹہ بعد دینے سے نفع ہوتا ہے۔

کُشتہ موتی (مروارید)

ترکیب: عمدہ بصرئی موتی ایک تولہ لے کر عرق گلاب یا رس بیلو قریب بیس تولہ میں مسلسل کھرل کریں۔ کھرل کرنے سے ہی عمدہ قسم کا لاجواب کُشتہ تیار ہوگا۔ اگر اس کی ٹکیہ بنا کر گلحکمت کریں اور بیس جنگلی اوپلوں کی آنچ دیں تب بھی تیار ہو جائے گا۔ مگر اس طرح کُشتہ موتی کا وزن کم ہو جائے گا اور پُورا فائدہ بھی نہیں کرتا۔ لہٰذا اوّل الذکر ترکیب سے ہی کُشتہ بلا آگ تیار کریں جو بہتر اور دُرست ہے۔

خوراک: نصف تا ایک رتی ہمراہ شہد مکھن بالائی۔ مُربّہ گاجر مُربّہ آملہ مُربّہ سیب۔

فوائد: امراضِ قلب مثلاً دِل کا ڈُوبنا۔ دِل کا کم زور ہونا۔ دِل کا گھبرانا۔ دِل کا اُچھلنا اور غشی وغیرہ میں غائت درجہ نفع کرتا ہے۔ صفراوی امراض میں صفراء کو کم کرتا ہے۔ معتدل اور تسکین آور ہے۔ اوّل درجہ کا نفیس کیلشیم ہے۔ بخار کی

حدّت کم کرتا ہے۔ چیچک موتی جھرا میں عام استعمال کیا جاتا ہے۔

کُشتہ موتی سیپ (صدف مرواریدی)

ترکیب :۔ ایک چھٹانک موتی سیپ بڑے بڑے لے کر پُشت علیحدہ کرکے درمیانی چمکدار حصّہ لے کر اُسے ٹکڑے ٹکڑے کرکے پیالہ میں ڈالیں۔ اُوپر بکری کا دُودھ بھر کر سولہ سیر اُپلوں کی آگ دیں۔

اِس کُشتہ کو دوبارہ بکری کے دُودھ میں کھرل کرکے سات بار آگ دیں تو نرم اور سفید کُشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک :۔ ایک رتی تا دو رتی ہمراہ شہد یا مکھن

فوائد :۔ اعلیٰ درجہ کا مُفید کیلشیم ہے۔ صفراوی بخاروں میں پیاس، جلن خُون کی حرارت کم کرکے تسکین دیتا ہے۔ ہڈیوں کو مضبُوط بناتا ہے جس سے بچّوں کو دانت نکالنے میں آسانی ہوتی ہے اور سُوکھے بچّے صحت مند ہوتے ہیں۔ خُون رقیق ہونے سے سیلان خُون یا رکت پِت ہو جاتا ہے۔ اِس نفیس کُشتہ کی بدولت نفع ہوتا ہے۔ منی کو غلیظ کرکے جریان احتلام رفع کرتا ہے۔ لیکوریا اور عام بخاروں میں بھی مُفید ہے۔ بھُوک لگاتا ہے۔ دِل و جگر کو طاقت دیتا ہے۔ تلی میں بھی مُفید ہے۔ جسم کو طاقت دیکر صحت مند بناتا ہے۔ ہڈیوں کی بیماریوں میں بے حد کارگر ہوتا ہے۔

کُشتہ منڈور (خبث الحدید)

ترکیب :۔ شُدہ منڈور ہاون دستہ میں باریک کرکے گئو مُوتر میں کھرل کرکے ٹکیاں بنالیں۔ گل حکمت کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ اِس کے بعد تین آگ اور دیں۔ پھر گائے کے دہی میں کھرل کرکے چار آگ اور دیں۔ تین بار رس گھیکوار میں کھرل کرکے آگ دیں۔ تیار ہوگا۔

خوراک :۔ اعلیٰ درجہ کا مولّدِ خُون ہے۔ جگر کی اصلاح کرتا ہے۔

فوائد :۔ جگر کی سختی، جگر کی کمزوری، جگر کی خرابی، سوزش البول، یرقان کمیٔ خُون، کمزوریٔ مثانہ میں اکسیر صفت ہے۔

کُشتہ منڈور بالخصُوص یرقان میں قابلِ تحیّر اثر دکھاتا ہے۔ جگر میں صفرا (پت) کی رُکاوٹ دُور ہونے پر خُون کی اصلاح ہوتی ہے اور صفرا بجائے خُون میں تحلیل ہونے کے بذریعہ آنتوں کے باہر خارج ہو جاتا ہے۔ ایک تا دو رتی ہمراہ دہی کے گھڑ یا دہی کی لسّی کے دیں۔

کُشتہ مور پنکھ

ترکیب :۔ مور کے پنکھ لے کر چار چار اُنگل ٹکڑے کریں اور اسے ایک سیر کے قریب لے کر گھڑے میں بند کرکے پیالہ سے ڈھانپ کر گلِ حکمت کریں۔ دس سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔ برنگ سیاہ کُشتہ برآمد ہوگا۔

احتیاط رہے کہ آنچ زیادہ تیز نہ دی جائے۔ کیونکہ اِس سے پنکھ کا کوئلہ برآمد

نہیں ہوگا۔ بلکہ سفید رنگ کی خاکستر بن جائیگی جو بے فائدہ ہوتی ہے۔

خوراک :۔ ایک رتی تا تین رتی ہمراہ شہد

فوائد :۔ فواق (ہچکی) کو فائدہ کرتی ہے۔ کھانسی دمہ اور پھیپھڑوں کے امراض میں مفید ہے نیز بلغمی حلق کی سرسراہٹ کو تسکین دیتا ہے۔

رس اور گولیوں وغیرہ کا بیان

تعریف :۔ آیورویدک میں رس پارہ کو کہتے ہیں۔ پارہ اپنی لاتعداد صفات کے علاوہ جراثیم کُش بھی ہے۔ اسے دوسرے مفردات کے ساتھ شامل کر دینے سے دوا خراب ہونے سے محفوظ رہتی ہے۔ نیز اسکی طاقت برسوں تک قائم رہتی ہے۔

پارہ اپنی لطافت کے باعث آمیزش شدہ مفردات یا مرکبات کو زیادہ مؤثر دیرپا اور مفید تر بنا دیتا ہے کیونکہ پارہ کی خاصیت یہ ہے کہ وہ اپنے ساتھ شامل کردہ دیگر ادویات کو فی الفور جزو بدن بنا دیتا ہے۔ پس دوا کے اثرات خون میں تحلیل ہوتے ہی سریع التاثیر ہو جاتے ہیں۔ یعنی عین اسی وقت ہی اپنا فعل شروع کر دیتے ہیں جبکہ مریض کو رس کا استعمال کرایا جائے۔

انسانی طبیعت قلیل اور زود اثر ادویات کی طرف مائل رہتی ہے۔ لوگ چورن کی زیادہ مقدار استعمال کرنے سے گھبراتے ہیں لہذا اسی مطلب کے لئے آیورویدک گرنتھوں میں رسوں کے طریقۂ علاج کو بتایا گیا ہے۔ خاص خاص دواؤں کے چورن اور کاڑھوں کی مقدار کم کرنے اور زیادہ طاقتور بنانے کے لئے پارہ کی آمیزش ضروری تصور کی گئی۔ کسی بھی دوا میں پارہ کا جزو شامل کرنے سے اصل دوا کی خاصیت اور افعال میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔ نیز اس کی مقدار خوراک بھی برائے نام ہوتی ہے۔ مثلاً ضعف معدہ اور ضعف ہاضمہ کے لئے لون بھاسکر چورن۔ یا ہنگواشٹک چورن کی خوراک چھ تا نو ماشہ مقرر ہے۔ مگر اس کے برعکس انہی

چُوٹوں میں پارہ اور گندھک کی معقول مقدار داخل کرنے سے جو رس تیار ہوگا وہ اعلیٰ درجہ کی خصُوصیت کا حامل ہوگا۔ اسکی خوراک بھی صرف چار رتی ہوگی جبکہ اس کے مقابلے میں چُورن نو ماشہ تک دیا جاتا ہے۔ رس کی ایک کرامت یہ بھی ہے کہ چُورن کے مقابلے میں بہُت جلد ہضم ہو کر جزوِ بدن بن جاتا ہے۔ اس کی تاثیر میں حیرت انگیز طور پر اضافہ ہو جاتا ہے۔ آیورویدک گرنتھوں میں نباتاتی مُفردات کے مرکبات ایک سال کے بعد اپنا اثر اور طاقت چھوڑ دیتے ہیں جبکہ پارہ کے ساتھ وُہی مرکبات رسوں کی صُورت میں ایک مُدّت تک اپنی تاثیر و طاقت برقرار رکھتے ہیں۔ علاوہ بریں رس جتنے زیادہ پُرانے ہوں گے اُتنے ہی زیادہ کارآمد مُفید اور منفعت بخش ثابت ہوں گے۔

پارہ بحد لطیف تر ہونے کے خاصہ سے جسم کے ہر رگ و ریشہ میں سرایت کرنے کی پُوری صلاحیت رکھتا ہے۔ اسی وجہ سے جن لاعلاج پیچیدہ امراض کا دفعیہ نباتاتی ادویات سے نہیں کیا جا سکتا۔ حصُولِ مُدعا اور صحت و تندُرستی کی غرض سے رسوں کو کام میں لایا جاتا ہے۔

ہدایات

(۱) رسوں میں جہاں بھی پارہ و گندھک جزوِ نسخہ ہوگا پارہ و گندھک کو کھرل کر کے کجلی تیار کریں۔ کجلی کو اس حد تک کھرل کرنا چاہیئے کہ اُسکی چمک مر جائے۔ ازاں بعد باقی ادویات ڈال کر حسب ہدایت رس تیار کرنا چاہیئے۔

(۲) جہاں کہیں پارہ یا گندھک رس میں ملانیکی ہدایت درج ہو وہاں اصلی

طریقہ سے شامل کرنا واجب ہے۔

(۳) اگر پارہ کو دوا میں شامل کرنے سے پہلے جس مرض کے علاج کا رس درکار ہو تو اُسی مطلُوبہ بُوٹی کے رس یا کاڑھے کیساتھ کھرل کرنا مُفید ہوتا ہے۔ مگر اس سے پہلے پارہ و گندھک کی کجلی ضرور بنانی چاہیئے۔ اس طرح تیار شُدہ رس نہایت درجہ پُر تاثیر اور منافع بخش ہوتا ہے۔

(۴) جہاں گولیاں بنانی درج ہوں وہاں گولیاں سایہ میں خشک کریں۔ بخُوبی خشک ہونے پر ہی شیشی میں بند رکھیں ورنہ خراب ہونے کا اندیشہ ہے۔

(۵) رس بنانے کے لئے عمدہ اور نہ گھِسنے والے پتھر کے کھرل کام میں لائیں۔ لوہے کے کھرل میں رس بنانے سے لوہے کا زنگ لگ جاتا ہے۔ لہذا اس امر کی خاص احتیاط لازم ہے۔

شودھن کے عام مشہُور طریقے

ادویہ کا شودھن (یعنی مدبّر و مقفّی) کرنا اس لئے ضرُوری ہوتا ہے کہ ادویہ میں سے گرد و غبار اور ناقص اثرات دُور ہو جائیں۔ اس سے ادویہ کی طاقت میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ لہذا رسوں میں جہاں کہیں بھی مندرجہ ذیل مُفردات کا ذکر ہو اُنہیں ہمیشہ شُدھ کر کے ہی ڈالنا چاہیئے تاکہ رس رسائن کا صحیح اثر ہو۔ دوا کی کامیابی کا انحصار اعلیٰ و بہتر اجزاء پر مبنی ہوتا ہے۔

مُتذکرہ ادویات یہ ہیں:۔ پارہ۔ گندھک۔ سنکھیا۔ ہڑتال۔ کچلہ۔ دھتورہ۔ میٹھا تیلیہ۔ سہاگہ۔ ہینگ۔ مینسل۔ روغنت۔ گوگل۔ شلاجیت۔ بھنگ اور شنگرف۔

شودھن

پارہ شُدھ کرنے کا طریقہ۔ پارہ کو ترپھلا کے کاڑھے میں ایک روز تک کھرل کریں۔ بعد میں پانی سے دھو کر دُوسرے روز دہی سے کھرل کریں۔ اسی طرح علے الترتیب پانچ پانچ روز ترپھلا کے کاڑھا میں اور پانچ روز آب لہسن (تھوم) میں۔ پانچ روز آب برگ پان میں کھرل کریں۔ اور ترُش کانجی سے دھو کر صاف کریں۔

گندھک شُدھ کرنے کا طریقہ۔ لوہے کے کڑچھے میں گھی گاؤ ڈال کر گرم کریں۔ اس میں ایک تولہ گندھک آملہ سار ڈالیں۔ پگھلنے پر اِسے گائے کے دُودھ میں ڈال دیں۔ پھر نکال کر پانی سے دھو ڈالیں۔ اسی طرح تین بار کے عمل سے گندھک مصفّٰی ہو جاتی ہے۔ آگ نرم ہونی چاہیئے ورنہ گندھک جل جائیگی۔

شنگرف شُدھ کرنے کا طریقہ۔ شنگرف رُومی کو چھڑکے دودھ میں ایک ہفتہ اور بعد میں رس لیموں میں ایک ہفتہ کھرل کرکے پانی سے دھو ڈالیں۔ اور دھوپ میں خشک کرلیں۔

کجلی بنانے کا طریقہ۔ پارہ اور گندھک (شُدّھ) برابر وزن کھرل میں ڈال کر رگڑیں۔ رگڑتے رگڑتے پارہ گندھک کے ساتھ مل کر سیاہ سفوف کی شکل میں تبدیل ہو جائے گا۔ دونوں کو اسی

قدر رگڑیں کہ پارہ کی چمک ختم ہو جائے۔ بس کجلی تیار ہے۔ رسوں میں جہاں بھی کہیں پارہ و گندھک جزوِ نسخہ ہوں ان دونوں کو ہمیشہ پہلے کجلی بنانا ہی مقصود ہوتا ہے۔

جیپال شودھن (جمالگوٹہ مدبّر کرنے کا طریقہ)

ترکیب:۔ جمالگوٹہ کے بیجوں کو چوبیس گھنٹہ تک گائے کے گوبر میں بھگوئے رکھیں۔ پھر اُوپر کے چھلکے کو اُتار کر مغز نکالیں اور ان مغزوں کو لے کر سولہ گنا دُودھ میں بذریعہ ڈولا جنتر اُبال کر پانی سے دھولیں۔ بعد میں مغز کے درمیان کا پتّہ نکال کر دُور کردیں۔ اب اسے دھوپ میں خشک کرلیں۔ تیار ہے۔ احتیاط رہے کہ جمالگوٹہ آنکھوں کو نہ لگے۔ اگر اتفاقاً لگ جائے تو گھی لگائیں۔

بچھناک شودھن (میٹھا تیلیہ شُدھ کرنا)۔ ترکیب:۔ سفید یا سیاہ بچھناک کو ٹکڑے ٹکڑے کرکے چار گنا بکری کے دودھ میں تین گھنٹے تک اُبالیں بعد ازاں پانی میں دھو کر دُھوپ میں سُکھالیں۔ شُدّھ ہوگا۔

شناخت:۔ سُوئی چھیدنے پر اگر سُوئی دُوسری طرف نکل جائے تو تیار سمجھیں۔

کچلا شودھن (اذراقی مدبّر کرنا) ترکیب:۔ کچلہ کو سات دن تک گئو مُوتر میں بھگو رکھیں ہر روز گئو مُوتر بدلتے رہیں۔ بعد میں جب چھلکا نرم ہو تب چھلکے اُتار دیں اور

اندر سے پتّہ بھی خارج کردیں۔ اِس کے بعد کچلہ کو سولہ گُنا دودھ میں بذریعہ ڈولا جنتر پکائیں۔ جب دُودھ ربڑی جیسا گاڑھا ہوجائے تب اُتاریں اور پانی سے دھو ڈالیں اب برابر وزن دیسی گھی میں بھُون لیں۔ کچلہ شُدھ ہوجائے گا۔

احتیاط:۔ دُودھ کو محفُوظ جگہ ڈالیں تاکہ کوئی جاندار پی کر نقصان نہ اُٹھائے۔

بھلاواں شودھن (بلادر شُدھ کرنا) ترکیب:۔ پختہ بھلاوے جو پانی میں ڈالنے سے ڈُوب جائیں اینٹ پر گھِسنے سے شُدّھ ہوتے ہیں۔ اِسے پاک دکواتھ میں ڈالا جاتا ہے۔

دیگر:۔ بھلانواں کو ایک کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر بھینس کے گوبر میں چار گُنا پانی مِلا کر ڈولا جنتر میں نرم آنچ دیں۔ بارہ گھنٹے کے بعد دوبارہ چار چار پہر گئو مُوتر اور گائے کے دُودھ میں اُبالیں۔ بعد میں بھلاوہ کو گرم پانی میں دھو کر سب کے اُوپر کی ٹوپی کو احتیاط سے دُور کردیں۔ پھر بھلانواں کو ناریل کے پانی میں بارہ گھنٹے اُبالنے سے بھلانواں چُورن (سفُوف) میں آمیزش کرنیکے قابل ہوجاتا ہے۔

دھتُورہ شودھن (جوز ماثل مدّبر کرنا) ترکیب:۔ سیاہ دھتُورہ کے پختہ بیج لے کر گئو مُوتر میں بارہ گھنٹے تک بھگوئے رکھیں۔ پھر خُشک ہوجانے پر لکڑی کے ڈنڈے سے کُوٹ کر چھلکوں کو جُدا کردیں۔ دھتُورہ شُدھ ہوجائے گا۔

بھنگ شودھن۔ ترکیب:۔ بھنگ کے پتّے پانی میں اُبالیں بعد میں نچوڑ کر خشک کرلیں اور کڑاہی میں ڈال کر معمولی سی حرارت دیں۔ بس بھنگ شُدّھ ہے۔

ہینگ شودھن (حلیّت مدّبر کرنا) ترکیب:۔ ہینگ گھی میں بھُون کر شُدھ ہوجاتی ہے۔

سُہاگہ شُدھ کرنا۔ سُہاگہ کو باریک پیس کر لوہے کے توے پر ڈال کر نیچے آگ جلائیں۔ سُہاگہ کھِیل (شگفتہ) ہوجائے گا۔ بس یہی سُہاگہ شُدّھ ہے۔ اِسے سُہاگہ بریاں بھی کہتے ہیں۔

سنکھیا شُدھ کرنا۔ سنکھیا کے سفوف کو موٹے کپڑے کی تھیلی میں بھر کر بکری کے پیشاب میں ڈولا جنتر سے تین گھنٹے تک پکائیں۔ بعد میں تین گھنٹے تک ہلدی کے کاڑھے میں بذریعہ ڈولا جنتر اُبالیں ازاں بعد تین گھنٹہ ادرک کے رس میں کھرل کرکے خُشک کرلیں۔ سنکھیا شُدھ ہوجائے گا۔

گُوگل شُدّھ کرنا۔ ایک پاؤ ترپھلا میں چار سیر پانی ڈال کر اس کا کاڑھا تیار کریں۔ ایک سیر باقی رہنے پر چھان لیں اِس کاڑھے کو دوبارہ کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھیں اور ایک پاؤ گُوگل لے کر کپڑے میں ڈال کر کڑاہی کے دونوں کُنڈوں سے باندھ دیں۔ کڑاہی میں سے گرم گرم کاڑھا لے کر کپڑے میں پڑے گُوگل پر ڈالتے رہیں اور ہلاتے جائیں۔ گُوگل پگھل کر نیچے کڑاہی میں آجائے گا۔ کپڑے میں جو میل بچ جائے اُسے ناکارہ سمجھ کر پھینک دیں۔ نیچے کڑاہی میں گُوگل اور ترپھلا کا گھول برآمد ہوگا۔ بس اِسے نتھاریں۔ اِسے گاڑھا کرکے خُشک کرلیں۔ شُدّھ ہوگا۔

رسونت بنانیکی ترکیب۔ دارہلدی سبز لے کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں۔ پھر انہیں کوٹ کر سولہ گُنا پانی میں ڈال کر پکائیں۔ جب آٹھواں حصہ بقایا رہ جائے تو اُسے چھان کر برابر وزن گائے کا دودھ ڈالیں اور آگ پر پکائیں۔ جب قوام مثل کھویا ہو جائے تب اُتار کر پتوں کے ڈُونوں میں بھر لیں۔ اور دھوپ میں خشک کرلیں۔ تیار ہے۔ رسونت مقوّی خون ہے۔ امراضِ چشم میں عام استعمال ہوتا ہے۔ پھوڑے پھنسیوں اور زخموں کے لئے کارآمد ہوتا ہے۔ خونی امراض کے لئے سُود مند ہے۔

نوٹ:۔ دودھ ڈالنے سے رسونت بس چار ماہ تک رہ سکتی ہے۔ لہٰذا بلا دودھ تیار کرنے سے عرصہ تک خراب نہیں ہوتی۔

رسونت شُدھ کرنا۔ بازار میں جو رسونت ملتی ہے وُہ مندرجہ بالا ترکیب سے تیار کی ہُوئی نہیں ہوتی اس لئے وُہ مقوّی نہیں ہوتی اور اسے استعمال میں لانے کے لئے شُدھ کرنیکی ضرورت ہوتی ہے۔ بازاری رسونت کُوٹ کر پانی میں بھگو دیں۔ دس بارہ گھنٹے کے بعد اسے مسل کر کپڑے میں چھان لیں۔ اُوپر سے صاف پانی نتھار کر آگ پر گاڑھا کرلیں۔ احتیاط رہے کہ برتن کے نیچے کی گار مٹی وغیرہ اس کے ساتھ نہ آجائے۔ رسونت شُدھ ہوگی۔ بازاری رسونت عموماً ناقص ہوتی ہے۔ دُکاندار اسمیں مٹی ریت کی ملاوٹ کردیتے ہیں۔ لہٰذا اسے استعمال کرنے سے پہلے ہمیشہ صاف کرلینا چاہیئے تاکہ پُورا اور صحیح فائدہ ہو۔

شلاجیت شُدّھ کرنا۔ **ترکیب:۔** آدھ سیر ترپھلا کُوٹ کر ۳۲ سیر پانی میں پکائیں جب آٹھ سیر رہ جائے تب اُتار کر چھان لیں۔ اس کاڑھے میں تین پاؤ شلاجیت پتھر ڈال کر ۲۴ گھنٹے تک بھگوئے رکھیں۔ بعدازاں دوبارہ جوش دیں۔ اُوپر سے صاف پانی نتھار کر آگ پر پکائیں۔ گاڑھا ہونے پر اُتار لیں۔ شُدّھ اگنی تاپی شلاجیت تیار ہے۔

شلاجیت سُوریہ تاپی بنانی ہو تو اس پانی کو بجائے آگ کے تیز دھُوپ میں رہنے دیں۔ خشک ہونے پر سُورج تاپی شلاجیت تیار ہوگی جو بلحاظ فوائد اگنی تاپی سے کہیں زیادہ اعلیٰ ہوگی۔ احتیاط رہے کہ کھُلی ہوا میں رکھنے سے کہیں گرد و غبار نہ پڑے۔ لہٰذا صاف شیشہ یا کپڑا وغیرہ اُوپر بچھا دینا چاہیئے۔ تاکہ احتیاط رہے۔

نوٹ:۔ سنکھیا و ہڑتال شودھن کا طریقہ کُشتہ جات کے ضمن میں درج ہے۔

اگنی کُمار رس (رسیندر سار)

اجزاء:۔ شُدھ پارہ۔ شُدھ گندھک۔ شُدھ سُہاگہ (بریاں) ایک ایک تولہ۔ میٹھا تیلیہ شُدھ تین تولہ۔ کُشتہ سنکھ دو تولہ۔ کُشتہ کوڑی (خرمہرہ) دو تولہ۔ مرچ سیاہ آٹھ تولہ۔ تمام ادویات کُوٹ چھان کر رس لیموں میں کھرل کر کے حبوب بقدر رتی رتی بنالیں۔

خوراک:۔ ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی۔

فوائد:۔ ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ بھوک زیادہ لگتی ہے۔ کھانے کی طرف رغبت پیدا ہوتی ہے۔ سنگرہنی اور اسہال کو رفع کرتا ہے۔ جنہیں کھانا ہضم نہ ہوتا ہو اُن کے لئے یہ رس تحفۂ نایاب ہے کیونکہ یہ رس آلاتِ انہضام کو خاطر خواہ تقویت بہم پہنچا کر خوراک کو ہضم کر کے جزوِ بدن بناتا ہے۔

یہ معدہ کی چاروں قوتوں جاذبہ، ماسکہ، ہاضمہ اور دافعہ کو طاقت دیتا ہے۔

اگنی تنڈی رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ پارہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ میٹھا تیلیہ شدھ۔ ترپھلا۔ اجوائن دیسی۔ سجی کھار۔ جوکھار۔ جڑ چترا۔ زیرہ سیاہ۔ نمک پانچوں۔ ترکٹ۔ کچلہ شدھ ہموزن لیکر کوٹ پیس کر رس لیموں میں کھرل کر کے حبوب بقدر مرچ سیاہ بنالیں۔

خوراک:۔ ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی۔

فوائد:۔ ہاضمہ کی حرارت کو تیز کرتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ غذا میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ پیٹ سے ہوا کو خارج کرتا ہے۔ قوتِ باہ کو بھی نفع دیتا ہے امراضِ معدہ میں بھی مجرّب ہے۔

آنند بھیرو رس (رسیندر سار)

اجزاء:۔ شدھ گندھک۔ شدھ میٹھا تیلیہ۔ ترکٹا۔ شدھ سہاگہ۔ شدھ گندھک مساوی الوزن لے کر رس لیموں میں کھرل کریں اور حبوب بقدر

ایک رتی بنالیں۔

خوراک:۔ ایک سے دو گولی عرق گاؤزبان یا شہد سے دیں۔

فوائد:۔ وہ بخار جس میں درد ہوتے ہوں اور جسم ٹوٹتا ہو۔ بخار میں اسہال آتے ہوں بجید زود اثر ہے۔ جسمانی کسلمندی اور بخار ہر قسم کے لئے بے نظیر دوا ہے۔ اسہال کو بند کرتا ہے۔

اشو کنچکی رس (رس راج سندر)

اجزاء:۔ پارہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ میٹھا تیلیہ شدھ۔ سہاگہ بریاں ہڑتال شدھ۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ مرچ سیاہ۔ گمھاں۔ سونٹھ۔ جمالگوٹہ شدھ برابر وزن

ترکیب:۔ مندرجہ بالا ادویہ کو رس بھنگرہ میں اکیس یوم کھرل کر کے گولیاں بقدر ایک ایک رتی تیار کریں۔

نوٹ:۔ اس رس کو بھنگرہ کے رس کیساتھ جتنی زیادہ مدت تک کھرل کیا جائے گا اُتنا ہی زیادہ زود اثر اور سریع التاثیر ہوتا جائے گا۔ بھنگرہ کے رس سے جمالگوٹہ کی حدّت کم ہو جاتی ہے۔ اس وجہ سے جمالگوٹہ کے اثراتِ بد۔ یعنی سوزش۔ جلن۔ قے۔ غشی وغیرہ کا ازالہ ہو جاتا ہے نیز ہڑتال ورقیہ کی حدّت بھی کم ہو جاتی ہے اور اس کے فائدے ظاہر ہو جاتے ہیں۔

خوراک:۔ ایک تا چار گولی ہمراہ سادہ پانی۔

فوائد:۔ اسے گھوڑا چولی بھی کہتے ہیں۔ بطور مسہل دیجاتی ہے جبکہ بخار کی ابتدا ہو۔ اس سے معدہ اور انتڑیاں صاف ہو جاتی ہیں۔

بعد ازاں بخار کے دفیعہ کی دوا دیجاتی ہے۔ اس عمل سے دوا برائے بخار اپنا پورا اثر دکھاتی ہے۔ بلغمی امراض کے لئے سودمند ہے۔

اچھیا بھیدی رس (رسیندرسار)

اجزاء:- شدھ سہاگہ۔ شدھ پارہ۔ شدھ گندھک ایک ایک تولہ۔ سونٹھ دو تولہ۔ جمال گوٹہ شدھ نو تولہ۔

اوّل کجلی بناکر باقی مفردات شامل کرکے سفوف بنائیں اور آب سادہ میں کھرل کرکے دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال:- ایک سے دو گولی ہمراہ تازہ پانی۔ پانی جس قدر پیتے جائیں گے اُتنے ہی دست آئیں گے۔ جب دست آنے کے بعد پیٹ صاف ہو جائے اور دست بند کرنے مطلوب ہوں تو ایک پیالہ گرم پانی پلائیں۔ دست بند ہو جائینگے۔ اگر گرم پانی دینے سے دست بند نہ ہوں تو انار دانہ رگڑ کر کھانڈ ملا کر چٹائیں۔ یا گری بادام کی سردائی بنا کر دیں۔

فوائد:- قبض کشا ہے۔ پیٹ کی غلاظت کو خارج کرتا ہے۔ جہاں بھی کہیں پیٹ کو صاف کرنا مقصود ہو اچھیا بھیدی رس بطور تیز مسہل (تیز دست آور دوا) استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے استعمال سے تقریباً دو گھنٹے کے اندر دست شروع ہو جاتے ہیں۔ اور پیٹ غلاظت و فضلہ سے پاک و صاف ہو جاتا ہے۔

ایلادی وٹی (چکردت)

اجزاء:- الائچی خورد۔ تیز پات۔ دار چینی نصف نصف تولہ۔ پپلی دو تولہ مصری دیسی۔ ملٹھی۔ کھجور۔ مویز منقیٰ چار چار تولہ۔ سب کو یکجان کرکے گولیاں بقدر جنگلی بیر بنائیں۔

خوراک:- ایک گولی منہ میں رکھ کر چوسیں۔ دن میں سات۔ آٹھ گولی تک استعمال کر سکتے ہیں۔ ۴ گولیاں نصف پاؤ گرم پانی میں گھول کر بطور جوشاندہ استعمال کیا جا سکتا ہے۔ حلق کو تسکین و راحت دے گا۔

فوائد:- کھانسی اور سینے کی خشونت میں بے حد نافع دیتی ہے۔ مخرج بلغم (بلغم خارج کرنیوالی) ہے۔ حلق اور سینہ کو صاف کرتی ہے۔ پیاس بجھاتی ہے آواز بیٹھی ہو تو اُسے درست کرتی ہے۔ گلا کھولتی ہے۔

ارش کٹھار رس (رسیندرسلھا

اجزاء: شدھ پارہ ۴ تولہ۔ شدھ گندھک۔ کشتہ فولاد۔ کشتہ تانبا ہر ایک آٹھ تولہ آٹھ تولہ۔ دنتی۔ ترکٹا۔ زمین قند۔ بنسلوچن۔ شدھ سہاگہ۔ جوکھار۔ نمک سیندھا ہر ایک بیس تولہ۔ اوّل کجلی بناکر باقی ماندہ ادویات بطریق دستور کجلی میں ملاکر دودھ تھوہر بتیس (۳۲) تولہ شامل کریں۔ ازاں بعد گئو موتر ڈیڑھ سیر میں کھرل کرکے گولا بنالیں اور کسی آہنی کڑاہی میں آگ پر پکائیں۔ بخوبی پک جانے پر باریک پیس لیں اور گولیاں چنے کے برابر بنالیں۔

خوراک :- دو سے چار گولی ہمراہ آبِ تازہ یا شیرِ گاؤ۔

فوائد :- اِس کے اِستعمال سے دائمی قبض کو نفع کثیر ہوتا ہے اور بواسیر کے مسّے خشک ہونے لگتے ہیں۔ پاخانہ کو نرم کرکے بافراغت خارج کرتا ہے۔ بواسیری جلن و تکلیف کو تسکین دیتا ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھاتا ہے بالخصوص ریحی (بادی) بواسیر کے لئے عجیب ہے۔

اِندرو ٹی (رسیندر سار سنگرہ)

اجزاء :- رس سندھور کُشتہ قلعی۔ چھال ارجن برابر وزن۔

ترکیب :- اِسے سُنبل مُوصلی کے رس کیساتھ ایک دِن برابر کھرل کرکے دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک تا دو گولی ہمراہ دُودھ صبح و شام دیں۔

فوائد :- سُرعت انزال و احتلام اور جریانِ منی کو نافع ہے۔ پتلے ویرج کو خُوب گاڑھا کرکے طاقت دیتی ہے۔ ویرج بکثرت پیدا ہونے سے دل و دماغ میں تازگی آجاتی ہے۔ ویرج کے نقائص دُور کرنے کے لئے تیر بہدف ہے۔ قوتِ مردانہ کو اُبھارتی ہے۔ پوشیدہ جنسی قُوّت کی افزائش کرتی ہے۔ کمزور مردوں کے لئے پیامِ شباب ہے۔ ویرج ضائع ہونے سے چہرے پر زردی آگئی ہو تو اُسے سُرخی میں بدل دیتی ہے۔

اروگیہ وردھنی و ٹی (رس راج سُندر)

اجزاء :- پارہ شُدّھ۔ گندھک شُدّھ۔ کُشتہ فولاد۔ کُشتہ ابرک سیاہ کُشتہ تانبہ ہر ایک ایک تولہ۔ ترپھلا چھ تولہ۔ شلاجیت شُدھ ۲ تولہ۔ گُوگل شُدھ چار تولہ۔ چترک مُول چھال چار تولہ۔ اِن تمام ادویہ کے برابر وزن کٹکی ـــــ اِن تمام ادویات کو نیم کے پتّوں کے رس کیساتھ تین روز تک کھرل کرکے مٹر برابر گولیاں بنالیں

خوراک :- ایک سے تین گولی ترپھلا کے کاڑھے کیساتھ دِن میں دو بار دیں

فوائد :- یہ بے نظیر وٹی تمام قسم کے کوڑھ۔ یرقان۔ ورمِ طحال۔ ورمِ جگر ہاتھ پاؤں پیٹ کی سوجن۔ بھُوک کی کمی وغیرہ کے لئے سُود مند ہے۔ قبض کُشا ہے جگر کی کمزوری کو دُور کرکے اس کے سُست فعل کو تیز اور طاقتور بناتی ہے۔ خُون کے صفراوی مادے کو خارج کرتی ہے۔ چربی کو کم کرکے موٹاپا ہٹاتی ہے۔ جن لوگوں کو اپنے دِل پر بھاری وزن سا محسُوس ہوتا ہے اور وُہ اِس کے باعث گھبراہٹ اور بے چینی محسُوس کرتے ہیں اُن کے لئے بھی بحد زُود اثر ہے کیونکہ دِل پر اثر انداز ہونے والی تبخیرِ معدہ کو نفع ہوتا ہے۔ معدہ میں غلاظت کے سبب بخارات اُٹھ اُٹھ کر دِل کی جانب جاتے ہیں اور اس وجہ سے اضطرابِ قلب پیدا ہوجاتا ہے۔ اروگیہ وردھنی وٹی اِس مرض میں بھی اپنا کمال دِکھاتی ہے۔

ایکانگ ویر رس (نگھنٹور تناکر)

اجزاء :- رس سندھور۔ شُدھ گندھک۔ کانت لوہ بھسم۔ کُشتہ قلعی

کُشتہ سیسہ۔ کُشتہ تانبہ۔ کُشتہ ابرک سیاہ۔ کُشتہ فولاد۔ سونٹھ۔ مگھاں۔ مرچ سیاہ یہ گیارہ ادویات برابر وزن لیں۔

ترکیب: ۔ انہیں ترپھلا۔ ترکٹا۔ مرگنڈی۔ ادرک۔ جڑ چیترا۔ ہارسنگھا۔ چھال سُہانجنہ۔ کُٹھ۔ آملہ۔ کچلہ شُدھ۔ آک کی جڑ۔ ان گیارہ ادویات کے کاڑھے کی علیحدہ علیحدہ بھاونا دیکر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک: ۔ ایک سے دو گولی دن میں تین بار راسنادی عرق یا پانی کے ساتھ دیں۔

فوائد: ۔ یہ رسائن فالج۔ ادھرنگ۔ لقوہ۔ گنٹھیا۔ وجع المفاصل (درد جوڑ) کے لئے اکسیر صفت ہے۔ ریاحی امراض میں بھی خاطر خواہ فائدہ کرتا ہے ریگن (عرق النساء) وُہ درد جو پُشت سے لے کر کمر تک جاتا ہے اس رسائن کے استعمال سے رفع ہو جاتا ہے۔

امیر رس (سدھ بھیشج)

اجزاء: ۔ رسکپور۔ شنگرف شُدھ۔ دارچکنا ایک ایک تولہ۔

ترکیب: ۔ شنگرف اور دارچکنا کو قدرے کُوٹ کر مُونگ برابر ٹکڑے کر لیں۔ اور گوٹا چاندی میں سے سُوت نکال دیں اور باریک باریک ٹکڑے کر لیں۔ بعد ازاں لوہے کے توے پر چار تولے نمک سیندھا بچھا کر اُوپر رس کپور والے ٹکڑے کو بھیلا دیں اور اُنہیں گوٹے سے ڈھانپ دیں اور آٹھ تولے نمک سیندھا چاروں اطراف کناروں کو اس طرح باندھیں کہ پیالی

سی معلوم ہو۔ پھر چینی کی پیالی اُوندھی رکھ کر ڈھانپ دیں۔ اسکے بعد نمک سیندھا بقدر آٹھ تولہ۔ گوندکتیرا دو تولہ۔ پانی میں بھگو کر اس سے گیے اور پیالی کے جوڑ مضبوطی سے لگادیں۔ اور نیچے بیری کی آگ دیں۔ بارہ گھنٹے تک نرم آنچ دیں۔ بعدہٗ سرد ہونے پر اُوپر کی پیالی پر لگے ہوئے امیر رس کو نکالیں۔

خوراک: ۔ نصف رتی تا دو رتی مویز منقیٰ میں علی الصبح رکھ کر دیں احتیاط رہے کہ مویز منقیٰ سالم نگلا جائے۔ دانتوں کو ہرگز نہ لگے۔ یا کیپسول میں ڈال کر استعمال کرادیں۔ اس رسائن کی مُدت استعمال سات روز ہے۔

فوائد: ۔ یہ رسائن ہر قسم کے نئے پُرانے آتشک۔ وجع المفاصل (درد جوڑ) کے لئے اعلیٰ ترین دوا ہے۔ آتشک کے لئے تو ہمہ صفت موصُوف رسائن راج ہے

خوراک: ۔ غذا میں گندم کی روٹی۔ گائے کا دودھ اور مصری دیں۔ اس کے علاوہ کوئی غذا کھانے کو نہ دیں۔ نمک سے پرہیز کریں۔

بسنت کُسماکر رس (رسیندر سار)

اجزاء: ۔ کُشتہ سونا دو تولہ۔ کُشتہ چاندی دو تولہ۔ کُشتہ قلعی تین تولہ۔ کُشتہ سیسہ تین تولہ۔ کانت لوہ تین تولہ۔ کُشتہ ابرک سیاہ چار تولہ۔ کُشتہ مرجان چار تولہ۔ کُشتہ موتی چار تولہ۔

ترکیب: ۔ مذکورہ بالا ادویہ کو دُودھ گائے کی بھاونا دیں۔ بعد میں رس گنّا۔ رس برگ بانسہ۔ لاکھ کا کاڑھا۔ مُشک بالا کا کاڑھا۔ جڑ کیلا کا رس کیلے کے پھُول کا رس سفید کمل کا رس۔ مالتی کے پھُول کا رس۔ ہر ایک

رس کی سات سات بار بھاونا دیکر ایک تولہ کستوری ملا کر گولیاں بقدر ایک ایک رتی بنالیں۔

خوراک :- ایک سے تین رتی تک دودھ مصری۔ بالائی یا مکھن کے ہمراہ دیں۔ دفعیہ جریان کے لئے ہلدی۔ شکر اور شہد ملا کر دیں۔

دماغی کمزوری کے لئے کشمانڈ اولیہ میں دیں۔

قلت منی ہو تو ستاور۔ اسگندھ اور مصری کیساتھ دیں۔ منی بکثرت پیدا ہو گی۔

اصلاح منی اور جریان منی کے لئے شلاجیت کے ساتھ دیں۔

طاقت جسمانی کے لئے چترجات یا سفید چندن کے سفوف میں ملا کر دیں۔

فوائد :- بسنت کسما کر رس۔ دل۔ دماغ نظر اور خصیوں کو طاقت بخشتا ہے۔ ذیابیطس کے لئے آیورویدک کا مشہور رسائن ہے۔ جنرل ٹانک ہے۔ ویرج بکثرت پیدا کر کے مادہ منویہ کی اصلاح کرتا ہے۔ رقیق مادہ منویہ کی تغلیظ کرتا ہے۔ تخم اولاد پیدا کرتا ہے جو باعث استقرار حمل ہوتے ہیں۔

یادداشت کی کمی۔ دل کی گھبراہٹ۔ دل کی کمزوری۔ دماغی کمزوری جسمانی کملمندی کھانسی میں مفید ہے۔ بوڑھوں کی کھانسی۔ سانس لینے میں دشواری اور ضعف بدن میں اکسیر ہے۔

سیلان خون۔ خواہ وہ کسی بھی عضو سے جاری ہو روکتا ہے۔ کثرت طمث (ماہواری کی زیادتی میں) خون حیض کو فوراً بند کرتا ہے۔ جب بیماری کے بعد جسم میں کمزوری آجائے تب یہ ٹانک نعمت غیر مترقبہ ثابت ہوتا ہے۔

بسنت مالتی رس (سورن) (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- کشتہ سونا ایک تولہ۔ موتی اصلی ۲ تولہ۔ شنگرف ۳ تولہ۔ مرچ سیاہ ۴ تولہ۔ کھپریا ۸ تولہ۔ باریک پیس کر کھرل میں مکھن ½ ۲ تولہ کھرل کریں۔ بعد ازاں رس لیموں میں اس قدر کھرل کریں کہ مکھن کی چکنائی مفقود ہو جائے۔ تب بقدر ایک رتی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک گولی یا نصف گولی عرق گلو۔ مکھن یا شہد کیساتھ۔

فوائد :- دق۔ سل۔ بخار پرانا۔ آنتوں کی دق۔ کھانسی۔ دمہ۔ پرانا بخار ملیریا۔ ضعف معدہ کو نافع ہے۔ پرانے بخاروں میں جبکہ جسم بہت لاغر ہو گیا ہو اور خون بھی کم ہو گیا ہو اور مریض کی قوت مدافعت معدوم ہو گئی ہو تو اس صورت نازک میں بسنت مالتی رس کا استعمال جسم کو طاقت دیکر مرض کا مقابلہ کرنے کی طاقت بھی پیدا کرتا ہے۔ خون کی کمی کو پورا کرتا ہے۔

ٹائیفائیڈ بخار میں جبکہ مریض زیادہ حرارت (ٹمپریچر) کے سبب گھبراہٹ اور بے چینی محسوس کرتا ہو تو بسنت مالتی رس ٹمپریچر پر قابو پا لیتا ہے اور بخار کی گھبراہٹ کو دور کرنے میں امداد دیتا ہے۔ کھانسی کو بھی نافع ہے۔

پروال پنچامرت رس (رس یوگ ساگر)

اجزاء :- کشتہ مرجان دو تولہ۔ کشتہ موتی۔ کشتہ سنکھ۔ کشتہ موتی سیپ کشتہ کوڈی ایک ایک تولہ۔

ترکیب :- مذکورہ بالا اشیاء کو چھ تولے آک کے دودھ میں کھرل کر کے غولہ بنالیں اور گلِ حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ رس تیار ہو گا۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد او سپیل و گلقند یا رُبّ انار دن میں دو بار۔

فوائد :- یہ رسائن پانچ کیلشیم کا مرکّب ہے۔ تپ دق۔ ہڈیوں کی کمزوری کھانسی۔ بخار۔ امراضِ سینہ وگلو۔ پھیپھڑوں کی کمزوری۔ دِل و دِماغ کی کمزوری ـــ دل کی دھڑکن۔ یادداشت کی کمی کو نافع ہے۔ علاوہ ازیں اسہال بسنگر ہنی۔ امراضِ پیشاب سوزش البول۔ جریانِ منی۔ ضعفِ معدہ۔ یرقان اور بلغمی امراض میں بھی قابلِ تعریف ہے۔ جسم میں کیلشیم کی کمی کو پورا کرتا ہے۔

پرتاپ لنکیشور رس (روگ رتناکر)

اجزاء :- پارہ شُدھ۔ گندھک شُدھ۔ میٹھا تیلیہ شُدھ ہر ایک ایک تولہ مرچ سیاہ تین تولہ۔ کُشتہ ابرک سیاہ ایک تولہ۔ کُشتہ فولاد چار تولہ۔ کُشتہ شنکھ آٹھ تولہ۔ اُپلہ صحرائی کی خاکستر (اربنا اُپلہ کی راکھ) سولہ تولہ۔

ترکیب :- تمام مُفردات کو پانی کیساتھ کھرل کر کے باریک سفوف بنالیں۔

خوراک :- ایک تا تین رتی ہمراہ کاڑھا تلسی ورس ادرک یا شہد دن میں تین بار۔

فوائد :- یہ رسائن پرسُوتی بخار اور جملہ علامات سردرد۔ کھانسی۔ تے۔ غشی۔ وغیرہ میں مُفید ہے۔ اس کے استعمال سے وضع حمل کے بعد رحم موادِ فاسدہ

وغلاظت سے پاک وصاف ہو جاتا ہے۔ رحم کے نقائص کو رفع کرتا ہے اور اُسے سکوڑ کر طبعی حالت پر لاتا ہے۔ پرسُوتی بخار کے بعد خرابیٔ رحم کے سبب جب جنُون (پاگل پن) کا عارضہ لاحق ہو تب یہ عظیم الفوائد رس اپنا اعجاز دِکھاتا ہے۔

پردرانتک لوہ (رس یوگ ساگر)

اجزاء :- کُشتہ فولاد۔ کُشتہ تانبہ۔ ہرتال شُدھ۔ کُشتہ قلعی۔ کُشتہ ابرک سیاہ۔ کُشتہ کوڑی۔ سونٹھ۔ مگھاں۔ مرچ سیاہ۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ جڑ چیترا۔ بابرنگ۔ نمک سیندھا۔ نمک سیاہ۔ نمک سانبھر۔ نمک بڑ۔ نمک شیشہ۔ چیبہ۔ کُشتہ سنکھ۔ وَچ۔ ہاؤبیر۔ کچُور۔ پاڈھ۔ دیودار۔ الائچی خورد بدھارا۔ اِن اشیاء کو برابر وزن لے کر سفوف بنالیں۔ بعد میں کُشتہ جات کو شامل کرلیں اور آخر میں چھ گھنٹے تک کھرل کریں۔

خوراک :- گھی مصری ایک ایک ماشہ اور شہد تین ماشہ مِلا کر دیں۔

فوائد :- یہ رسائن سیلان الدم یعنی خون آنے کو روکتی ہے۔ خونِ حیض کے بگاڑ میں جبکہ خون سیاہی مائل نیلگوں یا گانٹھوں کی شکل میں خارج ہوتا ہو۔ اندامِ نہانی میں درد ہو۔ حیض درد سے آتا ہو۔ یرقان۔ سوزش البول اور رحم کے نقائص رفع کرتی ہے۔ اس کے استعمال سے خونِ حیض (MEST RUATION) باقاعدہ آنے لگتا ہے اور ہر قسم کی رکاوٹ درد ختم ہو جاتا ہے۔ عورتوں کے پوشیدہ امراض کے لئے تریاق ہے۔

پُنر نوا منڈور (بھیشج رتناولی)

اجزاء: - اِٹ سِٹ کی جڑ - نسوت - سونٹھ - مرچ سیاہ - مگھاں - بابڑنگ - دیودارو - پوکھرمول - ہلدی - جڑ چیترک - ہرڑ بہیڑہ - آملہ - دنتی مُول چب - اندرجو - کٹکی - پیپلامُول - موتھا - کاکڑا سنگی - زیرہ سیاہ - اجوائن - کائپھل

جملہ ادویات کو ہموزن لے کر سفوف بنالیں - اِس سفوف میں دو گُنا کشتہ منڈور کو آٹھ گُنا گئو مُوتر میں پکائیں - گئو مُوتر چوتھائی رہنے پر مندرجہ بالا ادویہ کا سفوف شامل کردیں اور اب اِسے آگ پر گاڑھا کریں - گاڑھا ہونے پر گھوٹ کر مٹر کے دانہ برابر گولیاں تیار کریں۔

خوراک: - دو گولی سے چار گولی تک گڑ کیساتھ دِن میں دو بار دیں

فوائد: - یہ اکسیر یرقان، دردِ شکم - اپھارہ - بواسیر - سنگرہنی - پیٹ کے کیڑے - دمہ - کھانسی - بخار اور ضعفِ معدہ کے لئے بے نظیر ہے۔

یرقان کے لئے خصوصیت کیساتھ دیجاتی ہے۔

پُنر نوا کا سب سے بڑا فعل ہر قسم کی سوزش کو دُور کرتا ہے نیز یہ پیشاب آور بھی ہے۔ اِس لئے یہ منڈور جگر کی خرابی کی وجہ سے پیدا شُدہ سوزش کو دُور کرتا ہے اور جگر کی اصلاح کرکے تازہ خون پیدا کرتا ہے۔

پنچ امرت پرپٹی (یوگ رتناکر)

اجزاء: - پارہ شُدھ - کشتہ فولاد - کشتہ ابرک سیاہ - کشتہ تانبہ دو - دو

تولہ - گندھک شُدھ آٹھ تولہ -

ترکیب: - سبکو باہم ملاکر حسب دستور پرپٹی تیار کریں -

خوراک: - ایک رتی تا ۴ رتی - سفوف مگھاں اور شہد کے ہمراہ دن میں دوبارہ چٹائیں -

فوائد: - عام اقسام کی پرپٹیوں میں پنچ امرت پرپٹی سب سے اعلیٰ و برتر مانی گئی ہے - اِس کا فعل نظام ہضم کو دُرست کرنا ہے - ہاضمہ کو بڑھا کر خوب بھوک پیدا کرنا - انتڑیوں کے کیڑوں اور دُوسری خرابیوں کی اصلاح کرنا سنگرہنی میں بھی نفع کثیر کرتی ہے - (پت) صفرا سے پیدا شُدہ امراض میں بالعموم دیجاتی ہے - صفراء کو خارج کرتی ہے - اسہال (دست) دُور کرتی ہے۔

تربھون کیرتی رس (یوگ رتناکر)

اجزاء: - شنگرف شُدھ - میٹھا تیلیہ شُدھ - سہاگہ - پیپلامُول - تمام ادویات ہموزن لے کر تلسی کے رس میں تین بھاونا دیں اور رس ادرک و رس برگ دھتورہ میں بھی تین تین بار بھاونا دیں - تب حبوب بقدر ایک ایک رتی تیار کریں -

خوراک: - ایک تا دو گولی ہمراہ رس پان یا شہد دِن میں تین بار

فوائد: - بادی بلغمی بخار - سنپات بخار - (یعنی تینوں اخلاط سے مرکب بخار) مریض کے ہاتھ پاؤں بہ سبب نقاہت سُست اور سرد ہونے لگے ہوں اور نبض بھی مدھم ہوگئی ہو اُس صورت میں اِس رس کا استعمال دوبارہ

زندگی بخش دیتا ہے۔ یہ رس بخار کے لئے ہی مخصوص ہے۔ اور گرنتھوں میں اس کی بیحد تعریف کی گئی ہے۔

انفلوئنزا اور نمونیہ کے لئے عمدہ رس ہے۔

جور آری ابرک (رسیندر سار)

اجزاء:- شدھ پارہ۔ شدھ گندھک۔ کشتہ تانبہ۔ کشتہ ابرک۔ شدھ میٹھا تیلیہ ہر ایک ایک تولہ۔ تخم دھتورہ دو تولہ۔ ترکٹا پانچ تولہ۔ ان تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر آب ادرک میں کھرل کر کے رتی رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک:- ایک تا دو گولی ہمراہ شہد یا رس ادرک دن میں تین بار دیں۔

فوائد:- پرانے بخاروں کے لئے اکسیر ہے۔ کھانسی دمہ میں مفید ہے انفلوئنزا اور گلے کے بڑھے ہوئے ٹانسلز کو نافع ہے۔

چندر پربھاوٹی (رشارنگدھر)

اجزاء:- باچی۔ وچ۔ چرائتہ۔ برادہ دیودار۔ گلو۔ ہلدی۔ اتیس۔ دارہلدی پپلامول۔ چترک۔ دھنیا۔ ترپھلا۔ چویہ۔ بابڑنگ۔ گج پیپل۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ مگھاں۔ کشتہ سوناکھی۔ جوکھار۔ سجی کھار۔ نمک سیندھا۔ نمک سونچل۔ نمک وڑ ہر ایک تین تین ماشہ۔

رتوی۔ جڑ جماں گوٹہ۔ تیزپات۔ دارچینی۔ الائچی۔ بنسلوچن ہر ایک ایک تولہ کشتہ فولاد دو تولہ۔ مصری دیسی چار تولہ۔ شلاجیت۔ گوگل ہر ایک آٹھ آٹھ تولہ۔

اول تمام نباتاتی ادویہ کو کوٹ کر چھان لیں۔ ازاں بعد کھرل میں شلاجیت و گوگل ڈال کر علیحدہ علیحدہ پانی میں حل کر کے ملالیں اور سب ادویہ کو یکجان کر کے خوب کھرل کریں۔ اور گولیاں بقدر تین تین رتی تیار کر لیں۔

خوراک:- ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ دودھ گائے یا عرق سونف سے

فوائد:- اس دوا کا استعمال بچے بوڑھے جوان۔ عورتوں مردوں کے لئے یکساں فائدہ مند ہے۔

شلاجیت اور کشتہ فولاد چندر پربھاوٹی کے اجزائے خاص ہیں۔ اس وجہ سے یہ امراض گردہ و مثانہ کے لئے خاص طور پر فائدہ مند ہے۔ کثرت پیشاب۔ کمزوری مثانہ پیشاب کا بار بار آنا (سلسل البول)، پیشاب کا گدلاپن۔ جریان۔ احتلام۔ سرعت انزال مثانہ میں پتھری ہونا یا پیشاب کیساتھ ریت خارج ہونا وغیرہ میں مفید ہے۔ جگر کو تقویت دیکر خون صالح پیدا کرتی ہے۔ بواسیر بھگندر میں کارآمد ہے۔ چھپاکی (پتی اچھلنا) میں بھی فائدہ کرتی ہے۔

بچوں کا رات کو سوتے وقت بستر پر ہی پیشاب نکل جاتا ہے۔ اس کا اصل سبب بچوں کی غفلت نہیں بلکہ مثانہ کی کمزوری کی وجہ سے بچے پیشاب کے دباؤ کو روک نہیں سکتے۔ اس حالت میں چندر پربھاوٹی کا استعمال منافع بخش ہوتا ہے۔ یہ کثیر الفوائد وٹی عورتوں۔ مردوں بچوں اور بوڑھوں کے لئے یکساں طور پر فائدہ مند ہے۔

چندر امرت رس (رسیندر سار)

اجزاء:- سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ چب۔ زیرہ سیاہ

نمک سیندھا - دھنیا - یہ دس مفردات ایک ایک تولہ لیں اور باریک سفوف بنا کر بکری کے دودھ میں چھ گھنٹے کامل کھرل کریں - بعد میں پارہ شدھ - گندھک شدھ کشتہ فولاد دو دو تولہ - سہاگہ بریاں چار تولہ - مرچ سیاہ کا سفوف دو تولہ شامل کریں
اوّل پارہ گندھک کی کجلی بنا لیں پھر کشتہ و سفوف مرچ ملا لیں اور تین گھنٹے بکری کے دودھ میں کھرل کر کے تین تین رتی کی گولیاں بنائیں -

خوراک :- ایک سے دو گولی بکری کے دودھ کے ساتھ دن میں دو تین بار دیں - اگر بکری کا دودھ میسر نہ ہو تو شہد اور مگھاں کے سفوف کیساتھ دیں -

فوائد :- یہ رسائن ہر قسم کی کھانسی (خون آنا یا بلغم آنا - خشک کھانسی) سانس لینے میں دشواری - بخار کیساتھ کھانسی - یرقان - باؤ گولہ - پیٹ درد - قوت ہاضمہ کا کم زور ہونا وغیرہ کے لئے زود اثر ہے - کھانسی کے لئے تو یہ صفت موصوف دوا ہے اس کے استعمال سے دو تین روز میں پرانی کھانسی بھی دور ہو جاتی ہے -

رام بان رس (رسیندر سار)

اجزاء :- شدھ پارہ - شدھ گندھک - شدھ میٹھا تیلیہ - لونگ ہر ایک ایک تولہ - مرچ سیاہ دو تولہ - جائفل نصف تولہ -
تمام ادویات کوٹ چھان کر رس املی میں کھرل کریں اور گولیاں بقدر نخود بنا لیں

خوراک :- ایک یا دو گولی بعد از غذا ہمراہ عرق اجوائن یا گرم پانی -

فوائد :- ہاضمہ کی مشہور دوا ہے - ہیضہ - سنگرہنی - درد پیٹ - قے جی متلانا - غذا سے نفرت ہونا - اسہال اور بدہضمی کے لئے رام بان کا کام کرتی ہے

رسانجن وٹی

اجزاء و ترکیب :- دار ہلدی کا کاڑھا محلول (پانی میں خوب کاڑھ کر چھان لیتے ہیں اور چھانے ہوئے کاڑھے کو پکا کر خوب گاڑھا کر لیا جاتا ہے)
گندھک شدھ خشک کافور خالص برابر وزن لے کر مولی کے پانی میں کھرل کر کے گولیاں چنے برابر تیار کریں -

خوراک :- ایک یا دو گولی صبح مکھن میں چھاچھ کیساتھ دیں -

فوائد :- بواسیر خونی میں عجیب تاثیر دکھاتی ہے - کہ سیلان خون کو بند کر دیتی ہے - مسّوں کی جلن اور تکلیف کو تسکین ملتی ہے - متواتر استعمال سے بواسیر ہمیشہ کے لئے نیست و نابود ہو جاتی ہے - مصفیٰ خون یعنی خون بھی صاف کرتی ہے -

رجہ پرورتنی وٹی

اجزاء :- پارہ شدھ ۵ تولہ - گندھک شدھ ۵ تولہ - کیسیس سبز ۱۰ تولہ - بابڑنگ ۱۰ تولہ - مصبر (ایلوا) ۱۰ تولہ - سہاگہ خام ۱۰ تولہ - بھرنگی ۱۰ تولہ - مرچی ۱۰ تولہ - بھنگ شدھ ۱۰ تولہ - گھونگچی سرخ (دودھ میں ابال کر صاف کی ہوئی) ۵ تولہ -

ترکیب :- پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں - باقی اشیاء کو کوٹ چھان کر اندرائن (تمہ) کی جڑ کے کاڑھے و الٹ کمبل کے کاڑھے سے بعد ازاں دیگر گولی بمقدار تین رتی تیار کریں -

خوراک :- ایک سے تین گولی ہمراہ گرم پانی یا چائے وغیرہ صبح و شام دیں

فوائد: - حیض کی رکاوٹ کے لئے عجیب الاثر ہے۔ حیض کا درد سے آنا۔ رک رک کر آنا۔ یا زیادہ مقدار میں آنا۔ حیض کی بے قاعدگی۔ رحم کی سوزش کو مفید ہے۔ درد کمر اور گھبراہٹ وغیرہ میں بھی فائدہ کرتی ہے۔ عورتوں کے امراضِ رحم و حیض میں نعمت ہے۔

رس پرپٹی (رسیندر سار)

اجزاء اور ترکیب: - پارہ شدہ۔ گندھک شدہ۔ ہر دو پانچ پانچ تولہ لیں اور کجلی تیار کریں۔ اب اس کجلی کو لوہے کی کڑاہی یا کڑچھی میں ڈال کر بطریق مشہور پرپٹی تیار کریں۔

خوراک: - ایک تا آٹھ رتی حسبِ طاقت شہد یا بھنگ کے ساتھ دن میں تین بار دوا کھلا کر اوپر سے سپاری کا ایک ٹکڑا کھانے کو دیں۔

فوائد: - سنگرہنی و اسہال (دست) کی لاجواب دوا ہے۔

علاوہ ازیں بواسیر۔ انتڑیوں کے زخم۔ سوزش۔ کیڑے اور درد پیٹ وغیرہ میں بے حد فائدہ کرتی ہے۔

آتشک میں جب دست لگ جاتے ہیں تب یہ دوا اپنا پورا اثر دکھاتی ہے اور دستوں کیساتھ آتشک کو بھی نیست و نابود کرتی ہے (پت) صفراوی مزاج والوں کے موافق نہیں آتی۔

ہر قسم کی پرپٹی بنانے کی ترکیب

رس رسائن کے بیان میں پرپٹی کو خاص دخل ہے۔ یہ پارہ۔ گندھک کی کجلی بنا کر دیگر ادویہ کے ساتھ ملا کر آگ پر تیار کی جاتی ہے۔

پرپٹی بنانے کے لئے لوہے کی کڑاہی یا کڑچھی میں گھی لگا کر کجلی و دیگر ادویہ ڈالیں۔ بعد میں چولہے پر چڑھا کر لوہے کی سلاخ سے ہلائیں نیچے بیری کی لکڑی جلانی چاہیئے۔ بیری کے کوئلوں کی نرم آنچ پر پرپٹی تیار کریں۔ بعد میں جب پگھل جائے تب زمین پر گوبر بچھا کر اوپر کیلے کے پتے بچھا دیں۔ اور تیار کردہ پرپٹی ڈال کر اوپر کیلے کا پتہ رکھ کر اس کے اوپر گوبر بچھا دیں۔ سرد ہونے پر پرپٹی نکال لیں۔

ہدایت: - کڑچھی یا کڑاہی میں جو پرپٹی باقی رہ جائے اسے پھینک دینا چاہیئے۔

پرہیز: - پرپٹی کھانے والے کو حسب ذیل اشیاء سے پرہیز کرنا چاہیئے۔

جماع۔ عورتوں سے زیادہ ہمکلامی۔ زیادہ دیر دھوپ میں بیٹھنا۔ غم و غصہ کرنا۔ ترش کھانے مثلاً اچار۔ املی۔ چٹنی و سرکہ جات۔ زیادہ گھی و روغنی غذائیں۔ نیم شراب۔ سگریٹ۔ حقہ۔ چائے و دیگر منشیات سے حتی الوسع بچنا چاہیئے اور اس دوران میں غذا جلد ہضم ہونے والی کھائیں تاکہ پرپٹی اپنا اثر دکھا سکے۔

سُدرشن گھن وٹی

اجزاء :- ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ہلدی۔ کٹائی خورد۔ کٹائی کلاں۔ مرچ سیاہ۔ سونٹھ۔ سگھاں۔ کچور۔ پیلامول۔ گلو۔ دھمانسہ۔ کٹکی۔ شاہترہ۔ ناگرموتھا۔ ترایمان۔ نیتربالا۔ پوست نیم۔ پوکھرمول۔ ملٹھی۔ کوڑ چھال۔ اجوائن۔ اندرجو۔ بھرنگی۔ تخم سُہانجنہ۔ ورچ۔ دارچینی۔ پدماکھ۔ خس۔ چندن۔ اتیس۔ کھرینٹی کی جڑ۔ شالپرنی۔ بابڑنگ۔ پرشٹ پرنی۔ تگر۔ چیتر ک۔ برادہ دیودار۔ چویہ (چب) پٹول پتر۔ جیوک۔ رشبک۔ لونگ۔ نیلوفر۔ کاکولی۔ پترج۔ جاوتری۔ تیزپات ہر ایک ایک تولہ۔

ترکیب :- ان سب کو جوکوب کر کے کاڑھا بنا کر چھان لیں۔ اب اس کاڑھے کو پکا کر خوب گاڑھا کرلیں۔ اور پھٹکڑی بریاں ایک تولہ۔ طباشیر ایک تولہ۔ شامل کر کے دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک گولی صبح وشام پانی یا دودھ سے دیں۔

فوائد :- ہر قسم کے بخار۔ بالخصوص ملیریا کو ازحد مفید ہے۔ بخار کے حملے سے دو گھنٹہ پہلے دینے سے نفع ہوتا ہے۔ ملیریا بخار کے بعد اگر تلی بڑھ گئی ہو تو تلی کو ختم کردیتا ہے۔ جگر کے فعل کو درست رکھتا ہے۔ کھانسی۔ دمہ۔ درد پہلو کو بھی فائدہ دیتا ہے۔

ملیریا بخار کے موسم میں اس دوا کا استعمال ضرور کرنا چاہیئے۔ اس سے ملیریا بخار پاس نہیں پھٹکتا۔ کونین کا نعم البدل ہے۔ درد پیٹ۔ باؤگولہ۔ اپھارہ وغیرہ میں بھی دی جاتی ہے۔

سُکھ ورچن وٹی

اجزاء و ترکیب :- ریوند عصارہ ۵ تولہ۔ ہرڑ جلا یا ہوا ۱½ تولہ۔ اجوائن ۱½ تولہ۔ سونٹھ ۱½ تولہ۔ جمالگوٹہ شدھ ۶ ماشہ۔ کُشتہ شنکھ ۱½ تولہ۔ گُودا اندرائن (تمہ یا حنظل) ۱½ تولہ۔ سب ادویہ کو تمہ کی جڑ کے کاڑھے کیساتھ کھرل کر کے گولی بقدار دو رتی تیار کریں۔

خوراک :- ایک تا دو گولی رات کیوقت دودھ یا گرم پانی کیساتھ دیں۔

فوائد :- دائمی قبض کو دور کرتی ہے۔ جن اصحاب کو صحیح وقت پر حاجت نہیں ہوتی اُن کے لئے نہائت مفید ہے۔ یہ دوا دست آور نہیں ہے۔ قبض کُش ہے۔ انتڑیوں میں پھسلن پیدا کر کے فضلہ غلاظت کو باہر نکالتی ہے۔ انتڑیوں کی خشکی کو رفع کرتی ہے۔

قبض تمام امراض کی بُنیاد ہوا کرتی ہے۔ قبض کے سبب سر درد۔ سر چکرانا۔ بھوک نہ لگنا۔ دل گھبرانا۔ بخارات کا دل و دماغ کی طرف اُٹھنا اور اسی نوع کی لاتعداد شکائتیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ یہ دوا مسہل کا عادی نہیں بناتی۔ صرف پاخانہ کو نرم کرنے میں امداد کرتی ہے۔

سنجیونی وٹی

اجزاء :- بابڑنگ۔ سونٹھ۔ گھماں۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ورچ۔ گلو۔ بھلانواں شدھ۔ مِٹھا تیلیہ شدھ۔ ہر ایک ایک تولہ۔ باریک کر کے گئو موتر میں

کھرل کرکے رتی رتی کی گولیاں بنالیں

خوراک :- ایک سے چار گولی ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی دن میں چار بار دیں۔

فوائد :- نظام ہضم کی اصلاح کرتی ہے پرانے دستوں۔ ہیضہ۔ بخار۔ درد پیٹ۔ اپھارہ۔ بھوک نہ لگنا۔ معدہ و انتڑیوں کے امراض وغیرہ میں نفع کثیر کرتی ہے نئے تجربوں کے مطابق یہ دوا انفلوئنزا اور تپ پر بھی کامیاب ثابت ہوتی ہے۔

سروجور ہرلوہ (رسیندر سار سنگرہ)

اجزاء :- چترک۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ بابڑنگ ناگرموتھا۔ گج پیپل۔ پیلا مول۔ خس۔ دیودارو۔ چرائتہ۔ پاٹھا۔ کٹکی۔ کنڈیاری۔ تخم سہانجنہ۔ ملٹھی۔ کنجر کی چھال۔ ہر ایک ایک تولہ۔ کشتہ فولاد بیس تولہ۔

ترکیب ساختنی :- تمام مطلوبہ ادویہ کو کوٹ چھان کر باہم ملالیں اور پانی سادہ شامل کرکے کھرل کریں۔ بعدہٗ عمل ہذا دو دو رتی کی گولیاں تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی دودھ، پانی یا شہد کیساتھ۔

فوائد :- ہر قسم کے بخاروں کے لئے لاجواب ہے۔ سردی۔ لرزہ۔ تشنگی (پیاس کی زیادتی) سر چکرانا۔ پسینہ آنا۔ دست۔ رکت پت۔ ضعف ہضم۔ جگر و تلی کا بڑھنا۔ یرقان۔ سنگرہنی۔ تپ دق میں نفع کثیر کرتا ہے۔ ویرج کو بڑھاتا ہے کمزور و لاغر جسم کو موٹا تازہ بناتا ہے۔

شواس کٹھار رس (یوگ رتناکر)

اجزاء :- پارہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ میٹھا تیلیہ شدھ۔ سہاگہ بریاں۔ مینسل شدھ ایک ایک تولہ۔ مرچ سیاہ آٹھ تولہ۔

ترکیب :- گندھک اور پارہ کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں میٹھا تیلیہ، سہاگہ مرچ سیاہ یکے بعد دیگرے ملائیں۔ مرچ ایک ایک کرکے ڈالتے رہیں۔ اور کھرل کرتے رہیں۔ بعد میں سونٹھ۔ مرچ سیاہ اور مگھاں ایک ایک تولہ باریک سفوف کرکے شامل کریں۔

خوراک :- ایک سے دو رتی ادرک کے رس کیساتھ دن میں دو بار دیں۔

فوائد :- یہ رسائن کھانسی۔ دمہ۔ ضعف معدہ کے لئے نفع بخش ہے غشی، بیہوشی میں محض سونگھانے سے ہی نفع ہوتا ہے۔ دردِ شقیقہ (آدھا سیسی کا درد) میں بھی مفید ہے۔ شواس کٹھار رس کھانسی (بلغمی) کے لئے اکسیر ترین رسائن ہے۔

شرنگار ابرک (رسیندر سار)

اجزاء :- کشتہ ابرک سیاہ آٹھ تولہ۔ کپور (مشک کافور) سگندھ بالا۔ جاوتری۔ گج پیپل۔ تیز پات۔ لونگ۔ جٹا مانسی۔ تالیس پتر۔ دارچینی۔ ناگ کیسر۔ پوکھر مول۔ گل دھاوا ہر ایک چھ چھ ماشہ۔ ہرڑ بہیڑہ آملہ۔ سونٹھ۔ مگھاں۔ مرچ سیاہ۔ ہر ایک تین تین ماشہ۔ الائچی۔ جائفل ایک ایک تولہ۔ گندھک شدھ ایک تولہ۔ پارہ شدھ نصف تولہ ۔

ترکیب :- اوّل پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں باقی ماندہ ادویہ کی آمیزش کرکے پانی کی مدد سے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

خوراک :- چار گولی صبح ادرک کے رس کیساتھ دیں۔

فوائد :- ابتدائی تپدق، دمہ، سانس کی تنگی، بخار کھانسی کے لئے مُفید ہے۔ پُرانے بخاروں جبکہ کھانسی کی شدّت ہو اور اس کے باعث مریض کو بے چینی اور تکلیف محسوس ہوتی ہو۔ بلغم خارج ہونے میں دُشواری پیش آنے سے مریض کا کھانستے کھانستے دم پھول جاتا ہے ایسی حالت میں شرنگار ابرک خاص اثر دکھاتا ہے کھانسی کو کم کرکے بلغم خارج کردیتا ہے۔ جس سے سانس لینے میں آسانی ہوجاتی ہے اور مریض راحت وسکون پانے لگتا ہے۔

پہلے درجہ کے تپدق میں کھانسی کو کم کرکے بخار کو دُور کرتا ہے۔ بھوک بڑھاتا ہے اور خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ دمہ کے عارضے میں سانس کی نالیوں میں سرسراہٹ خشکی کیوجہ سے بلغم جم جاتی ہے۔ تب اس رس کا استعمال بلغم کو آسانی سے خارج کردیتا ہے۔ بلغمی جھلیوں کو صاف کرکے تسکین دیتا ہے۔

شرنگار ابرک بخاروں کو بھی روکتا ہے۔

کف کیتو رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- مِٹھا تیلیہ شُدھ، سُہاگہ، مگھاں، کُشتہ شنکھ برابروزن لے کر

ترکیب :- باریک کریں اور ادرک کے رس میں کھرل کرکے گولیاں بقدر ایک رتی بنالیں۔

خوراک :- ایک گولی صبح دوپہر اور شام ہمراہ شہد یا سادہ پانی دیں۔

فوائد :- اس رس میں گو پارہ کی آمیزش نہیں تاہم پارہ کے رسوں کی مانند زُود اثر ہونے کے باعث اس کے نام کیساتھ رس لکھا جاتا ہے۔ یہ رس گلے کی خرخری ناک میں جلن کے سبب ناک سے پتلی رطُوبت کا خارج ہوتے رہنا۔ ایسے زُکام کی حالت میں یہ رس اپنا کمال دکھاتا ہے۔ اس مطلب کے لئے ایک گولی پان میں رکھ کر چُوسیں۔ بلغمی کھانسی کے لئے مُفید ہے۔ سینے کو بلغم (کف) سے پاک کرتا ہے۔ نزلہ زُکام دُور کرتا ہے۔

کرپُور رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- افیُون خالص، شنگرف شُدھ، موتھاں، جائفل، کافُور۔ برابروزن لے کر باریک کریں اور سادہ پانی کیساتھ کھرل کرکے رتی رتی کی گولیاں تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی ہمراہ عرق سونف یا چاولوں کے دھون کے دن میں تین بار دیں۔

فوائد :- صفراوی (پت) دستوں کی لاثانی دوا ہے۔ خُونی دستوں، ہیضہ اور سنگرہنی کے لئے منافع بخش ہے

نوٹ :- اگر دوا کے استعمال سے اپھارہ محسوس ہو تو سونف پانی میں جوش دیکر پلائیں۔ ہوا خارج ہوجائیگی۔

کستوری بھیرو رس برہت (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- کستوری نیپالی۔ کشتہ سونا۔ کشتہ موتی۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ ابرک سیاہ
کشتہ فولاد۔ کشتہ مرجان۔ کشتہ تانبہ۔ مشک کافور۔ گل دھاوا۔ تخم کونچ۔ پاٹھا۔ بابڑنگ
موتھا۔ سونٹھ۔ مشک بالا۔ ہڑتال ورقیہ شدھ۔ آملہ۔

سبکو ہموزن لیکر برگ مدار (آک کے پتے) کے رس میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔ تیاری کے دوران کستوری کو دیگر ادویات رگڑنے کے بعد شامل کرنا چاہیئے۔ گولیوں کو بجائے دھوپ، سایہ میں خشک کریں۔ تاکہ کستوری کے اثرات زائل نہ ہوں۔

خوراک:- ایک گولی ہمراہ شہد۔ پان کے پتے۔ یا ادرک کا رس مع دودھ یا مناسب بدرقہ

فوائد:- کستوری و کشتہ سونا کا یہ بیش قیمت ترکیب دل و دماغ کو طاقت دینے کے لئے اپنی خاص اہمیت رکھتا ہے۔ بلغمی امراض میں مفید ہے۔ نمونیہ میں پسلی میں درد۔ سانس کی تنگی وغیرہ علامات میں یہ رس اکسیر ہے۔

نمونیہ میں ٹمپریچر کے کم ہو جانے پر دل کی کمزوری محسوس کرنے اور ہاتھ پاؤں سرد ہو جانے پر فوراً اثر کرتا ہے۔ بخاروں کے زہریلے اثرات زیادہ مقدار میں خون میں مل جانے سے دماغ پر اثر پڑتا ہے۔ اور دماغ پر اس کا برا اثر یوں پڑتا ہے کہ مریض بکواس کرنے لگ جاتا ہے۔ اور حواس کھو بیٹھتا ہے۔ اس خطرناک حالت میں یہ قیمتی رس از حد فائدہ پہنچاتا ہے۔

دل ڈوبنے یا گھبرانے کی شکایت ہو تب یہ رس حلق سے اترتے ہی اپنا مفید اثر دکھانا شروع کر دیتا ہے۔ یہ رس فوراً خون میں حل ہو کر دل کی گھبراہٹ اور دماغی خلل

کو درست کرتا ہے۔

کانچنار گوگل (شارنگدھر)

اجزاء:- پوست درخت کچنار نصف سیر۔ ترپھلا چوبیس تولہ۔ ترکٹا (۲) بارہ تولہ۔
پوست درخت برنا چار تولہ۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ دارچینی ہر ایک ایک تولہ۔ تمام ادویہ کوٹ چھان کر گوگل شدھ ایک سیر میں ملا کر یکجان کریں اور ہاتھوں میں گھی چپڑ کر گولیاں چار چار رتی تیار کریں۔

خوراک:- ایک گولی ہمراہ جوشاندہ منڈی۔ کچنار۔ کھیر یا جوشاندہ ہلسہ یا محض گرم پانی سے دیں۔

فوائد:- جسم سے خنازیری مادے کو خارج کرتا ہے۔ کنٹھ مالا۔ جذام۔ بھگندر اور کن پیڑے دور کرتا ہے۔

خون میں فاسد مادہ ہونے سے کوڑھ پیدا ہو جاتا ہے۔ جلد پھٹنے لگتی ہے اور جسم پر جابجا زخم نکلنے شروع ہو جاتے ہیں۔ نیز ہنجیراں نکلنے سے گلے کو سخت تکلیف ہوتی ہے اس حالت میں کانچنار گوگل سب سے پہلے خون کو خاص عمل سے صاف کرتی ہے۔ پھر زہریلے مادے کو خارج کر دیتی ہے۔ کنٹھ مالا یعنی ہنجیراں کا سب سے اعلیٰ اور موثر علاج کانچنار گوگل کا استعمال کرنا ہے۔ یہ گوگل ہر قسم کے پھوڑوں کے علاوہ خاص کر بھگندر کے لئے مفید ہے۔

کھدرادی وٹی (درند)

اجزاء:- کتھ دس تولہ۔ کافور۔ سپاری تیلیہ۔ جائفل۔ سردچینی۔ الائچی خورد

ترکیب :- دو دو تولہ سبکو کوٹ کر پانی میں گھوٹ کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک سے پانچ گولی تک منہ میں رکھ کر چوسیں۔

فوائد :- یہ گولیاں زبان و منہ کے چھالے (قلاع) آواز کا بیٹھنا۔ کھانسی۔ خرخراہٹ کو مفید ہیں۔ گلے کو صاف کرتی ہیں۔

کامنی وِدراون رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- ہینگ شدھ چھ ماشہ۔ گندھک شدھ چھ ماشہ۔ افیون خالص آٹھ تولہ کیسر کشمیری۔ جائفل۔ عقر قرحہ۔ جاوتری۔ مرچ سیاہ۔ لونگ۔ سونٹھ۔ چندن سُرخ دو دو تولہ۔

ترکیب ساختنی :- اوّل ہینگ۔ گندھک اور افیون کو باہم ملائیں اور باقیماندہ مفردات کا سفوف بنا کر سبکو پانی یا پان کے رس میں چھ گھنٹے تک کھرل کریں اور گولیاں بقدر ایک ایک رتی تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی شام کو دودھ کیساتھ دیں۔

فوائد :- یہ رسائن ویرج کا پتلا پن دُور کرکے گاڑھا کرتی ہے اور ویرج کی تمام خرابیوں کی اصلاح کرتی ہے۔ ویرج کو مضبوط بناتی ہے۔ ضعفِ معدہ کو رفع کرتی ہے۔ قوتِ امساک (ریٹینشن RETENTION) غضب کی عطا کرتی ہے۔ سُرعت انزال کا قلع قمع کرنے میں لاجواب ہے۔ اسمیں افیون کا جزو ہونے کی وجہ سے اس کو لگاتار زیادہ دیر استعمال نہ کرنا چاہیئے کیونکہ اس سے افیون کے نشہ کی عادت نہ ہو جانے کا اندیشہ ہے۔

کِرمی کُٹھار رس (رنگھنٹو رتناکر)

اجزاء :- کپور آٹھ تولہ۔ اندرجو۔ ترائمان۔ اجمود۔ بابڑنگ۔ سنگرف شدھ مِٹھا تیلیہ شدھ۔ ناگ کیسر ایک ایک تولہ۔

ترکیب :- سبکو بھنگ کے رس میں چھ گھنٹے تک کھرل کرکے خشک کرلیں اب اس کے برابر وزن بیج پلاس کا سفوف ملادیں۔ اور رس برہمی کی بھاونا دے کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک سے تین گولی ہمراہ شہد۔

فوائد :- گول اور لمبے کِرموں کو چھوڑ کر پیٹ کے ہر قسم کے کیڑوں کو ہلاک کرتا ہے۔ پیٹ کے کیڑوں کے سبب ہضم خراب ہو اور درد رہتا ہو یا یرقان ہو ان سب کے لئے مفید ہے۔

نوٹ :- آیورویدکے مطابق پیٹ کے کیڑوں کی اقسام بیس (۲۰) ہیں۔ یہ رسائن تمام کیڑوں کو فی الفور ختم کردیتی ہے۔

گرہنی کپاٹ رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- پارہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ جائفل۔ لونگ ہر ایک تین ماشہ۔ اول پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں۔ ازاں بعد دیگر ادویہ باریک کرکے شامل کریں اور رس برگ سُونج مُکھی میں کھرل کریں۔ اس کے بعد رس برگ بن اور رس

سیکو سفید اپرجتا کے رس میں سات دن تک کھرل کریں ۔ بعد میں بقدر مٹر گولیاں بنالیں ۔

خوراک :۔ ایک تا دو گولی مویز منقیٰ کے پانی کیساتھ دن میں دو بار دیں ۔

فوائد :۔ یہ رسائن جیسا کہ نام سے ظاہر ہے حمل کی حفاظت کرتی ہے رحم کو قابلِ استقرار بناتی ہے ۔ جن عورتوں کو اٹھراہ کا مرض ہو ۔ حمل بار بار ساقط ہو جاتا ہو (یعنی گربھ گر جانے کی عام شکایت ہو) یا حمل کے اسقاط کا خدشہ ہو ۔ رحم (گربھاشیہ) کمزور ہو تب یہ رسائن اپنا معجزہ دکھاتی ہے ۔ حاملہ عورت کے دست ۔ بخار ۔ سیلان ۔ کمزوری معدہ کی کمزوری ۔ دردِ شکم ۔ درد پہلو وغیرہ کو رفع کرتی ہے ۔ حمل کو مضبوط بناتی ہے ۔

آتشک یا سوزاک کے سبب بھی حمل ساقط ہونے کا ڈر رہتا ہے ۔ اس مطلب کے لئے اوّل مصفّی خون دوا دیں تاکہ خون کا زہریلا پن اور نقص دور ہو جائے ۔ اس کے بعد یہ رسائن دیں فائدہ ہوگا ۔

گنگا دھر رس (رس راج سندر)

اجزاء :۔ شدھ پارہ ۔ شدھ گندھک ۔ افیون عمدہ ۔ ناگرموتھ ۔ اندر جو ۔ موچرس ۔ گل دھاوا ۔ لودھ پٹھانی برابر وزن پیس کر پانی میں رگڑ کر گولیاں بقدر رتی رتی بنالیں ۔

خوراک :۔ ڈیڑھ رتی تا تین رتی ہمراہ چھاچھ یا عرق سونف ۔

فوائد :۔ مزمن پیچش اور اسہال میں نفع کرتا ہے ۔ پاخانے کے ساتھ خون یا آؤں آتی ہو فوراً بند کر کے صحت دیتا ہے یہ رس صرف پیچش اور اسہال میں فائدہ مند ہے

برگ سنگھاڑا میں کھرل کریں ۔

آخر میں دو دو رتی کی گولیاں بنا کر تیز دھوپ میں خشک کریں ۔

خوراک :۔ ایک رتی تا دو رتی ہمراہ پانی یا لسی دہی ۔

فوائد :۔ سنگرہنی ۔ اسہال (دست) سوجن اور بخار وغیرہ کو رفع کرتا ہے سنگرہنی کے لئے تو تریاق سے کم نہیں ۔ دورانِ استعمال دہی کا استعمال زیادہ کرائیں

گندھک وٹی (رس راج سندر)

اجزاء :۔ گندھک شدھ دو تولہ ۔ جڑ چیتا ۔ مگھاں ۔ مرچ سیاہ ہر ایک ایک تولہ سونٹھ دو تولہ ۔ جوکھار ۔ نمک سیندھا ۔ نمک سیاہ ۔ نمک سانبھر چھ چھ ماشہ ۔

ترکیب :۔ تمام ادویہ کوٹ چھان کر رس لیموں میں دو دو رتی کی گولیاں بنائیں

خوراک :۔ ایک سے چار گولی بعد از غذا دو گھنٹہ یا حسبِ ضرورت ۔

فوائد :۔ حرارتِ ہاضمہ کو تیز کرتی ہے ۔ بھوک سے نفرت ۔ پیٹ کے کیڑے ۔ اپھارہ ۔ سنگرہنی ۔ تبخیرِ معدہ (معدہ سے بخارات اوپر اٹھنا) کے لئے سود مند ہے ۔ قوتِ معدہ بڑھاتی ہے جس سے غذا جلد ہضم ہونے لگتی ہے ۔

گربھ پال رس (رس چنڈانشو)

اجزاء :۔ شنگرف شدھ ۔ کشتہ سیسہ ۔ کشتہ قلعی ۔ ترجات (دارچینی ۔ تیز پات الائچی) ترکٹ (سونٹھ ۔ مرچ سیاہ ۔ مگھاں) دھنیا ۔ زیرہ سیاہ ۔ چب ۔ مویز منقیٰ ۔ دیودارو ۔ مذکورہ چودہ ادویات ایک ایک تولہ ۔ کشتہ فولاد چھ ماشہ ۔

لکشمی وِلاس رس (رس راج سُندر)

اجزاء: - کُشتہ ابرک چار تولہ۔ رس سندھور دو تولہ۔ گندھک شدھ ایک تولہ مُشک کافور۔ جائفل۔ جاوتری۔ بیج بدھارا۔ تخم دھتورہ شُدھ۔ بداری قند۔ ستاور ناگ بلا۔ کنگھی۔ گوکھرو۔ سمندر پھل ایک ایک تولہ۔ ان سب کو کُوٹ چھان کر پان کے رس میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولی بنالیں۔

خوراک: - ایک تا دو گولی ہمراہ دودھ۔ شراب یا شہد وغیرہ۔ دِن میں تین بار۔

فوائد: - یہ رسائن اٹھارہ قسم کے کوڑھ۔ بیس (۲۰) قسم کے جریانِ منی۔ ناسُور۔ امراضِ مقعد۔ بھگندر۔ کان اور ناک کے امراض۔ دست۔ تپدق کو دُور کرتا ہے۔

بلغمی امراض کو ازحد فائدہ دیتا ہے۔ بلغمی کھانسی نزلہ زکام اور دمہ میں اکسیر ہے بلغم پیدا نہیں ہونے دیتا۔ اِس سے دمہ کو نفع مِلتا ہے۔ بلغم بننے کا سبب یہ ہے کہ خوراک بخُوبی ہضم نہیں ہوتی۔ جس کے باعث جسم کو بخُوبی غذائیت بھی نہیں ملتی اور بلغم زیادہ پیدا ہونے لگتی ہے۔ مگر یہ رسائن معدہ کی چاروں قوّتوں (جاذبہ۔ ماسکہ دافعہ اور ہاضمہ) کو طاقتور بناتا ہے۔ غذا جلد ہضم ہونے لگتی ہے۔ بھُوک بھی لگنے لگتی ہے۔

انفلوئنزا میں بھی فائدہ کرتی ہے۔ یہ اکسیر ضعفِ باہ اور نامردی کو دُور کرکے اِمساک پیدا کرتی ہے۔ مشہور آیورویدک رسائن ہے۔

لوکناتھ رس (رشاد نگدھر)

اجزاء: - پارہ۔ گندھک دو دو تولہ لیکر کجلی بنالیں اور زرد کوڑیوں میں بھر لیں۔ جو وزن میں سولہ تولہ ہوں۔ بعد میں سُہاگہ دو تولہ شیر گاؤ میں ملاکر کوڑیوں کے مُنہ پر لگاکر مُنہ بند کردیں اور شنکھ کے ٹکڑے (۱۶) سولہ تولے لے کر دو پیالوں میں شنکھ کے ٹکڑے نیچے اُوپر کرکے درمیان میں کوڑیاں مذکور رکھ دیں اور گلحکمت کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر باریک پیس لیں۔

خوراک: - ایک رتی یا دو رتی ہمراہ شہد۔ مرچ سیاہ۔ گھی۔ مکھن یا دیگر مناسب بدرقہ

فوائد: - لوکناتھ رس۔ پیٹ کے امراض مثلاً پیٹ میں ہلکا ہلکا درد ہوکر پاخانہ کی حاجت رہتی ہو فائدہ کرتا ہے۔ پرانی کھانسی۔ تپدق اور بالخصوص آنتوں کے تپدق کے لئے اکسیر ہے۔ پُرانے دست اور پیچش کو ہٹاتا ہے۔

یہ رس معدہ و جگر کو طاقت دیتا ہے۔ بھوک لگاکر خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ کیلشیم کی موجُودگی کیوجہ سے یہ رس خُون کو گاڑھا کرکے بلغم کم پیدا کرتا ہے نیز بلغمی کھانسی۔ نزلہ اور زکام میں بھی فائدہ مند ہے۔

لونگ آدی وٹی (وئید جیون)

اجزاء: - لونگ۔ مرچ سیاہ۔ ہرڑ۔ ہر سہ مساوی الوزن لے کر انہی کے مساوی کتھ کُوٹ کر چھان لیں اور کاڑھا پوست کیکر میں کھرل کرکے گولیاں نخودی بنالیں

خوراک: - حسب ضرورت ایک گولی چوسیں۔

فوائد:- گلے کو بلغم سے پاک صاف کرتی ہے۔ خشونت رفع ہوتی ہے۔ بلغمی کھانسی اور بدہضمی کے واسطے تیر بہدف دوا ہے۔

لوہ پرپٹی (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- پارہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ کشتہ فولاد ہر سہ ہموزن لیں۔

ترکیب:- پارہ و گندھک کی کجلی کریں اور کشتہ فولاد شامل کر کے بطریق پرپٹی تیار کریں۔

خوراک:- ایک سے چھ رتی تک دن میں تین بار زیرہ کے سفوف کیساتھ

فوائد:- یہ پرپٹی سنگرہنی۔ اسہال (دست) یرقان۔ دردِ شکم۔ دردِ جگر تلی و جگر کا بڑھنا۔ معدہ کی سردی و کمزوری۔ سوزشِ معدہ وغیرہ میں مفید ہے۔ اس پرپٹی میں رس پرپٹی کے ساتھ کشتہ فولاد کی آمیزش ہے۔ لہذا خون میں سرخ ذرات پیدا کرتی ہے جو جسم و چہرے کی سرخی کا باعث ہیں۔ تازہ خون پیدا کرتی ہے۔

مہایوگ راج گوگل (شارنگدھر)

اجزاء:- سونٹھ۔ پیپل۔ چویہ۔ پیپلا مول۔ چیترا۔ ہینگ بریاں۔ اجمود۔ سرسوں زیرہ سفید۔ زیرہ سیاہ۔ رینوکا۔ اندرجو۔ پاٹھا۔ بابڑنگ۔ گج پیپل۔ کٹکی۔ اتیس بھارنگی۔ وچ۔ مروا۔ ہر ایک ۳۔ ۳ ماشہ۔ ترپھلا دس تولہ۔ گوگل پندرہ تولہ۔ کشتہ قلعی۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ سکہ۔ کشتہ فولاد۔ کشتہ ابرک سیاہ۔ کشتہ منڈور۔ رس سیندھور۔ ہر ایک چار چار تولہ ــــ اوّل تمام نباتاتی ادویہ کو کوٹ چھان کر بعد میں کشتہ جات ملادیں۔ اور گوگل شامل کر کے بڑے ہاون دستہ میں اس قدر کوٹیں کہ مانند موم ہو جائے۔ ہاون اور دستہ دونوں کو گھی لگاتے رہیں۔ اگر سوا لاکھ چوٹ شمار کر کے لگوائیں تو بہتر گوگل تیار ہو (دو آدمی مل کر ۱۵ یوم میں سوا لاکھ چوٹ لگا سکتے ہیں) جب خوب یکجان ہو تب گولیاں بقدر چار رتی تیار کرلیں۔

خوراک:- ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ گھی نصف چھٹانک یا جوشاندہ گلو۔ دیودار۔ سونٹھ۔ دارہلدی۔

فوائد:- امراض ریحی میں جب حیض درد سے آتا ہو یا جوڑوں میں درد سوجن ہو۔ رعشہ۔ ادھرنگ۔ فالج۔ لقوہ۔ باؤگولہ۔ بواسیر۔ اپھارہ۔ نقرس۔ جریان ہر قسم اور امراضِ جگر میں نفع کرتا ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ منی کی اصلاح کرتا ہے۔

اگر دورانِ استعمال ہفتہ میں ایک یا دو بار کسٹرائیل دیں تو بیحد مؤثر ثابت ہوگا۔ بالخصوص ریح کے درد وغیرہ کو بیحد نافع ہے۔

مہا شنکھ وٹی (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- کشتہ شنکھ۔ نمک پانچوں۔ املی کھار۔ ترکٹا۔ ہینگ۔ کشتہ فولاد۔ کشتہ قلعی۔ میٹھا تیلیہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ پارہ شدھ۔ برابر وزن لیں۔

ترکیب:- مذکورہ بالا کو باہم ملا کر اپامارگ اور چیترک کے کاڑھے کی بھاونا دیں۔ بعد میں رس لیموں کی بھاونا دیں۔

خوراک :- دو رتی نیم گرم پانی کیساتھ دیں۔ اسے علی الصبح بعد از غذا استعمال کرانا چاہیئے۔

فوائد :- ہیضہ۔ دست۔ قے۔ دردِ شکم۔ یرقان۔ وات رکت میں مُفید ہے۔ حرارتِ ہاضمہ کو تیز کرتی ہے جس سے خُوب بھوک لگنے لگتی ہے۔ اور غذا ہضم ہو کر جزوِ بدن بنتی ہے۔ پیٹ اور انتڑیوں سے ہوا کو خارج کرتی ہے۔ اپھارہ و پیٹ کے تناؤ کو ہٹاتی ہے۔ باؤ گولہ رفع کرتی ہے۔

مہا گندھک رس (رسیندر سار سنگرہ)

اجزاء :- پارہ شُدھ۔ گندھک شُدھ ایک ایک تولہ۔ جائفل۔ جاوتری۔ لونگ۔ نیم کے پتوں کا سفوف۔ برگ سنبھالو۔ تخمُ الائچی۔ ایک ایک تولہ

ترکیب :- اوّل پارہ گندھک کی کجلی کر کے پرپٹی بنائیں۔ بعد ازاں بقایا ادویہ کا سفوف ملا کر پانی کی مدد سے پیس کر سیپ میں بھریں۔ اُوپر دُوسرا سیپ رکھ کر گلِ حکمت کریں۔ سات آٹھ اُپلوں کی آنچ دے کر پکائیں۔ جب گندھک کی بُو نکلنے لگے تب نکال کر پیس لیں۔ مہا گندھک رس تیار ہے۔

خوراک :- ایک سے چار رتی ماں کے دُودھ یا شہد وغیرہ کیساتھ۔

نوٹ :- بچوں کو نصف تا ایک رتی دیں۔

فوائد :- امراضِ بچگان کے لئے نعمتِ غیر مترقبہ ہے۔ بخار۔ کھانسی۔ دست مروڑ۔ بدہضمی کے لئے لاثانی ہے۔ ہاضمہ کو تیز کر کے بھوک لگاتا ہے۔
وضعِ حمل کے بعد پرسوتی بخار اور دستوں میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ سُوکھا مسان

(دق الاطفال یعنی سوکڑا) میں عجیب صفت ہے۔

مرتنجیہ رس (رسیندر سار)

اجزاء :- شُدھ میٹھا تیلیہ۔ مرچ سیاہ۔ پپلی۔ گندھک شُدھ۔ سُہاگہ ہر ایک ایک تولہ۔ شُدھ شنگرف دو تولہ۔ تمام مُفردات کو پانی کیساتھ خُوب کھرل کریں۔ چار روز کے بعد مُونگ کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک سے دو گولی ہمراہ شہد یا پانی یا عرق گاؤزبان وسونف۔

فوائد :- یہ رس ہر بخار میں اکسیر ہے۔ چڑھے ہوئے بخار کو کم کرتا ہے۔ پسینہ آور ہے۔ اُترے ہوئے بخار میں دینے سے بخار کو روکتا ہے۔ ملیریا میں اگر سردی زیادہ محسوس ہونے لگے تب ایک گولی دینے سے سردی دُور ہو جاتی ہے۔ خُوب پسینہ آنے سے بخار اُتر جاتا ہے۔ الغرض یہ رس بخاروں کے لئے تریاق سے کم نہیں ہے۔

نوائس لوہ (شارنگدھر)

اجزاء :- ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ موتھا۔ بابڑنگ چترک ہر ایک ایک تولہ۔
کُشتہ فولاد نو تولہ ملا کر سفوف بنالیں۔

خوراک :- دو رتی سے چار رتی تک ہمراہ شہد، چھاچھ دہی گاؤ یا گئو مُوتر۔

فوائد :- یرقان۔ بُھس (رکتی غوُن) باؤ گولہ۔ جگر و تلی کا بڑھ جانا یا کم زور ہونا

ہاضمہ سُست پڑنا۔ معدہ کا غذا ہضم نہ کرنا۔ بواسیر۔ کرم امعاء۔ بخار کہنہ بدن کی سوزش کے لئے اکسیر ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھا کر خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے۔ تازہ خون پیدا کرتا ہے۔

ناراچ رس (تشارنگدھر)

اجزاء و ترکیب :- پارہ شدہ، سہاگہ شدہ، مرچ سیاہ ایک ایک تولہ۔ گندھک شدھ۔ مگھاں۔ سونٹھ دو دو تولہ۔ جمالگوٹہ شدھ نو تولہ۔ ان سبکو رگڑ کر دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :- ایک گولی تا دو گولی بوقت ضرورت۔

فوائد :- یہ گولیاں دست آور ہیں۔ قبض، پیٹ کا اپھارہ، معدہ سے بخارات کا اٹھنا (تبخیرِ معدہ) وغیرہ میں مفید ہے۔ جلودھر اور جگر کی سُستی وکمزوری میں بھی دی جاتی ہے۔ پیٹ اور انتڑیوں کو غلاظت و موادِ فاسدہ سے پاک وصاف کرتی ہے۔

وِشمشٹی وٹی

اجزاء و ترکیب :- کچلہ شدھ دس تولہ۔ رس سندھور اڑھائی تولہ۔ کشتہ فولاد اڑھائی تولہ۔ جائفل اڑھائی تولہ۔ لونگ اڑھائی تولہ۔ ان سبکو دشمول کے کاڑھے سے بھاونا دیکر مونگ برابر گولیاں بنالیں۔ خوراک ایک تا دو گولی صبح وشام بعد از غذا تین گھنٹے۔ گرم پانی یا دودھ کیساتھ دیں۔

فوائد :- یہ مرکب نروس سسٹم (اعصابی بے ترتیبی) کی کمزوری کو دور کرتا

ہے۔ سر درد۔ پٹھوں اور جوڑوں کے درد۔ ضعف جگر، معدہ اور مثانہ کو دور کرتا ہے۔ قوتِ باہ پیدا کرتا ہے۔ زبردست ہاضم اور مقوی معدہ ہے۔ ذکاوتِ حس میں عجیب الاثر ہے۔ یہ مرکب اذراقی (یعنی کچلے کا عجیب مرکب) مردانہ کمزوری اور سُستی کو دور بھگاتا ہے۔ شہوت پیدا کرتا ہے اور بے حسی کو دفع کرنے میں بے نظیر ہے۔ نیز بلغم چھانٹتا ہے۔ بلغم سے پیدا شدہ دردوں کو نفع دیتا ہے۔ اور اعصاب کو زبردست طاقت بخشتا ہے۔

یوگراج گوگل (تشارنگدھر)

اجزاء :- سونٹھ۔ مگھاں۔ چوبہ (چب) پپلامول۔ چیترا۔ ہینگ بریاں۔ اجمود سرسوں۔ زیرہ سفید۔ زیرہ سیاہ۔ رینوکا۔ اندرجو۔ پاٹھا۔ بابڑنگ۔ گج پیپل۔ اتیس کٹکی۔ بھارنگی۔ وچ۔ مورواہر ایک تین ماشہ۔ ترپھلا دس تولہ۔ گوگل شدھ پندرہ تولہ

ترکیب ساختنی :- تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر گوگل کیساتھ ہاون دستہ میں اس قدر کوٹیں کہ مانند موم نرم ہوجائے۔ دورانِ عمل ہاون دستہ میں قدرے گھی لگاتے رہیں تاکہ کوٹنے میں آسانی رہے۔ اگر سوالاکھ چوٹ لگوائیں تو اعلیٰ ترین گوگل تیار ہو اب اسکی گولیاں بقدر چار چار رتی تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ گھی نصف چھٹانک یا جوشاندہ گلو

فوائد :- ریحی امراض مثلاً بواسیر ریحی۔ درد پشت۔ درد حیض۔ جوڑوں کا درد۔ نقرس سوجن۔ رعشہ (ہاتھ پاؤں کا ہلنا) ادھرنگ۔ لقوہ۔ فالج۔ باؤ گولہ میں از حد مفید ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ جگر کو طاقت دیتا ہے۔ یوگراج گوگل کے استعمال سے پیشتر معدہ صاف کرلینا چاہئے۔

چُورن کی تعریف

خُشک جڑی بُوٹیوں کو اچھی طرح کُوٹ چھان کر (سفوف) چُورن بنایا جاتا ہے اِس ضمن میں جو نُسخہ جات مندرج ہیں اِن میں چُورنوں کے اجزاء کو علیحدہ علیحدہ کُوٹ چھان کر درج شُدہ وزن کے مطابق ہی شامل کرنا چاہیئے۔ سب کو اکٹھا کُوٹنے اور چھاننے سے ہر جزو پُوری مقدار میں حاصل نہیں ہوتا کیونکہ بعض ادویہ سخت ہونے کے باعث اچھی طرح نہیں کُوٹی جاتیں اور ان کا چُورن بھی کم بنتا ہے۔

احتیاط

چُورن میں شامل کیجانیوالی مُفردات (جڑی بُوٹیاں) تازہ۔ نئی اور صاف ہونی چاہئیں کِرم خوردہ اور پُرانی مُفردات ہرگز اِستعمال نہ کریں۔ کیونکہ چُورن کے کارآمد اور مُفید الاثر ہونے کی مُدّت ایک سال ہی کہی گئی ہے۔

میٹھے اور نمکین چُورن کُوٹنے کے بعد مضبوط ڈاٹ والی شیشیوں میں بند رکھنے چاہئیں۔ کیونکہ یہ چُورن نمی کو چُوس لیتے ہیں۔ اِس لئے جلد خراب ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا چُورن بنا کر انہیں حفاظت سے رکھنے کی خاص احتیاط درکار ہے۔



اوی پتی کر چُورن (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ناگرموتھا۔ وڑنمک۔ باؤبڑنگ۔ تخمِ الائچی خورد۔ تیزپات۔ ہر ایک ایک تولہ۔ لونگ دس تولہ۔ تربدی (تربد) چالیس تولہ۔ مصری ساٹھ تولہ۔ سب کو باہم آمیز کر کے چُورن تیار کریں۔

خوراک:- چار تا چھ ماشہ غذا سے پہلے تازہ پانی سے دیں۔

فوائد:- یہ چُورن اُمل پت (ترشی معدہ) درد۔ بواسیر۔ سوزش البول۔ سنگِ مثانہ (پتھری مثانہ) کے لئے نعمت ہے۔ پیشاب آور ہے۔ پیشاب کی تکلیفوں میں عام اِستعمال کرایا جاتا ہے۔

اسگندھ آدی چُورن (شارنگدھر)

اجزاء:- اسگندھ ناگوری (کرم خوردہ نہ ہو) جڑ بدھارا۔ دونوں کو برابر وزن لے کر سفوف بنالیں۔

خوراک:- تین ماشہ سے چھ ماشہ تک گائے کے نیم گرم دودھ سے دیں۔

فوائد:- یہ چُورن نروس سسٹم (اعصابی نظام) کو بہتر بناتا ہے۔ قوتِ باہ اور اعصاب کو طاقت دیتا ہے۔ قبض کُشا ہے۔ ویرج کے پتلے پن اور ویرج کی کمزوری سے پیدا شُدہ دماغی کمزوری کو دُور کرتا ہے۔ ویرج کو گاڑھا کر کے جریان احتلام کو دُور کرتا ہے۔ بدھارا کو سنسکرت میں برِدھ دارک کہتے ہیں جس کا مطلب ضعیفے پیر یعنی بُوڑھے کی لاٹھی ہے۔ اِس کے مسلسل اِستعمال سے بڑھاپے کے اثرات مثلاً

بال سفید ہونا جسمانی کمزوری اور چہرے پر جھریاں نہیں آنے پاتیں۔ اور بوڑھے ہمیشہ نوجوانوں کی سی تازگی چستی اور طاقت محسوس کرتے ہیں۔ دردوں کو دفع کرنے میں بھی اسگندھ چورن بے مثال ہے۔

تالیس آدی چورن (چرک سنگھتا)

اجزاء: تالیس پتر ایک تولہ۔ مرچ سیاہ دو تولہ۔ سونٹھ تین تولہ۔ پیپلی چار تولہ طباشیر پانچ تولہ۔ الائچی۔ دارچینی دونوں ایک ایک تولہ۔ مصری بتیس (۳۲) تولہ۔ تمام کا باریک سفوف کریں۔

خوراک: دو ماشہ تا چھ ماشہ ہمراہ شہد یا دودھ۔

فوائد: بلغمی کھانسی۔ نزلہ۔ گلے کی خارش (خشونتِ گلو) ضیق النفس (دمہ) تپدق کی کھانسی۔ اُبکائی۔ بھوک نہ لگنا اور غذا سے نفرت ہونا۔ پیٹ کا اپھارہ اور بدہضمی میں عجیب اثر رکھتا ہے۔

سُدرشن چورن (شارنگدھر)

اجزاء: ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ہلدی۔ کٹائی خورد۔ کٹائی کلاں۔ مرچ سیاہ۔ سونٹھ مگھاں۔ کچور۔ پیلا مول۔ گلو۔ دھمانسہ۔ کٹکی۔ شاہترہ۔ ناگرموتھا۔ ترایمان۔ نیتر بالا۔ پوست نیم۔ پوکھر مول۔ ملیٹھی۔ کوڑکی چھال۔ اجوائن۔ اندر جو۔ بھرنگی۔ تخم سہانجنہ۔ پھٹکڑی۔ وچ۔ دارچینی۔ پدماکھ۔ خس۔ چندن۔ اتیس۔ کھرینٹی کی جڑ۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ بابڑنگ۔ تگر۔ چترک۔ برادہ دیودار۔ چویہ۔ پٹول پتر۔ جیوک۔ رشبک۔ لونگ۔ بنسلوچن۔

نیلوفر۔ کاکولی۔ پترج۔ جاوتری۔ تیزپات ہر ایک ایک تولہ۔ چرائتہ ستائیس (۲۷) تولہ۔ کوٹ چھان کر باریک سفوف بنالیں۔

خوراک: ایک ماشہ سے چار ماشہ تک پانی کیسا تھ دن میں دو بار دیں۔

فوائد: ہر قسم کا بخار بالخصوص ملیریا کو از حد مفید ہے۔ بخار کے حملہ سے دو گھنٹے پہلے سُدرشن چورن کی ایک خوراک دینے سے نفع ہو۔ ملیریا کے علاوہ تپ نوبتی وغیرہ میں بھی اثر دکھاتا ہے۔ ملیریا بخار سے تلی بڑھتی ہے۔ مگر دورانِ بخار اس چورن سے تلی اپنی صحیح حالت پر قائم رہتی ہے۔ جگر کے فعل کو درست رکھتا ہے۔ کھانسی دمہ۔ درد پہلو (ذات الجنب) کو بھی نفع دے۔

چونکہ یہ چورن کڑوا ہوتا ہے لہٰذا ہم نے بطور آزمائش اس کے جوشاندے کا عصارہ بنا کر گولیاں تیار کی ہیں۔ جن کے استعمال کرتے وقت مریض کو دوا کی کڑواہٹ محسوس نہیں ہوتی۔ چار رتی کی گولی چھ ماشہ سفوف کے برابر ہے۔

ملیریا بخار کے موسم میں اس چورن کا استعمال کرنا موسمی بخار سے محفوظ رکھتا ہے علاوہ ازیں درد پیٹ۔ باؤگولہ۔ پیٹ میں ہوا کے باعث درد ہونے میں بھی دیا جاتا ہے۔

ستو پلادی چورن (چکردت)

اجزاء: مصری سولہ تولہ۔ بنسلوچن آٹھ تولہ۔ پیپلی چار تولہ۔ دانہ الائچی خورد دو تولہ۔ دارچینی ایک تولہ۔ سب کو باریک کرکے کپڑچھان کریں۔

خوراک: دو تا چار ماشہ چوتھائی حصہ بادام روغن یا روغن زرد۔

فوائد: تپدق۔ کھانسی پرانی۔ دمہ۔ بخار ہر قسم۔ امراض گلو۔ ضعفِ ہاضمہ

ضعف جسمانی کو دُور کرتا ہے۔ بلغمی بخاروں میں اِس چُورن کا اِستعمال بڑا خُوشگوار اثر دِکھاتا ہے۔ انفلوئنزا اور نمونیہ میں بلغم کو خارج کرکے مریض کو تسکین دیتا ہے۔

ستاوری چُورن (شارنگدھر)

اجزاء:- ستاور۔ گوکھرو۔ تخم کونچ۔ چھال گنگیرن۔ بیج کنگھی۔ تال مکھانہ برابر وزن لیں اور کُوٹ کر سفوف بنالیں۔

خوراک:- ایک تولہ تا دو تولہ نصف سیر دُودھ گرم میں اوٹائیں۔ جب کھیر کی طرح بن جائے تب مصری ملاکر پلائیں۔

فوائد:- پتلے وِیریج کو گاڑھا کرتا ہے۔ احتلام۔ جریان اور سُرعت کو مٹاتا ہے قوّتِ مردانہ پیدا کرتا ہے۔ مردوں کے لئے تحفۂ نایاب ہے۔ اِس چُورن کو باقاعدہ ایک ماہ اِستعمال کرنے سے طبعی اِمساک بھی پیدا ہوجاتا ہے۔

داڑمانشٹک چُورن (شارنگدھر)

اجزاء:- انار دانہ آٹھ تولہ۔ دارچینی۔ الائچی خُورد کے تخم۔ تیزپات۔ تینوں ملا کر چار تولہ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ سونٹھ۔ چار چار تولہ۔ کھانڈ ۳۲ تولہ شامل کرلیں۔

خوراک:- حسب ضرورت۔

فوائد:- خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ گلے کے امراض میں نفع کرتا ہے دستوں کو روکتا ہے۔ قابض ہے۔ کھانسی اور بخار کو فائدہ کرتا ہے۔ ہاضم ہے مشتہی یعنی بھوک لگاتا ہے۔ قے و متلی دُور کرتا ہے۔ حاملہ عورتوں کی قے و متلی میں مفید ہے۔

دشن سنسکار چُورن (دانت منجن)

اجزاء:- سونٹھ۔ ہرڑ۔ ناگرموتھا۔ مشک کافور۔ سپاری سوختہ (کاٹھی سپاری جلی ہوئی) مرچ سیاہ۔ لونگ۔ دارچینی۔

تمام ادویہ ہموزن لیکر باریک سفوف بنالیں اور اس کے برابر وزن کھڑیا مٹی ملادیں۔

فوائد:- دانتوں کا میلا زرد۔ کمزور ہونا۔ دانتوں کا ہلنا۔ دانتوں کی تکالیف درد۔ مسوڑھوں کا پھولنا وغیرہ میں بیحد مفید ہے۔ دانتوں سے خون آتا ہو تو اُسے بند کرتا ہے۔ بدبُو کو دُور کرکے خوشبو پیدا کرتا ہے۔

لون بھاسکر چُورن (شارنگدھر)

اجزاء:- نمک سانبھر آٹھ تولہ۔ نمک سونچل پانچ تولہ۔ نمک وِڑ۔ نمک سیندھا۔ دھنیا۔ پپلی۔ پپلامُول۔ زیرہ سیاہ۔ تیزپات۔ ناگ کیسر۔ تالیس پتر۔ امل وید ہر ایک دو تولہ۔ مرچ سیاہ۔ زیرہ سیاہ۔ زیرہ سفید۔ سونٹھ ہر ایک ایک تولہ۔ انار دانہ چار تولہ دارچینی۔ الائچی خُورد نصف نصف تولہ۔ تمام ادویات کا سفوف بنا کر رس لیموں میں سات روز تک تر و خشک کرکے محفوظ رکھیں۔

خوراک:- ایک ماشہ سے چار ماشہ تک ہمراہ گرم پانی یا عرق سونف وغیرہ۔

فوائد:- ہاضم و مشتہی ہے۔ باؤ گولہ۔ بواسیر۔ طحال۔ سنگرہنی۔ بدہضمی۔ قبض درد پیٹ کے لئے اِستعمال میں آتا ہے۔ معدہ اور آنتوں کی ہوا کو خارج کرتا ہے۔

خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے پیٹ کی تمام بیماریوں میں منافع بخش ہے۔

موصلی چورن (شارنگدھر)

اجزاء: موصلی سفید۔ ست گلو۔ تخم کونچ۔ گوکھرو۔ موصلی سنبھل۔ آملہ۔ تمام دوائیں ہموزن لیکر اس کے برابر مصری کوزہ شامل کر کے چورن بنالیں۔

خوراک: چھ ماشہ سے ایک تولہ تک ہمراہ دودھ کھائے۔

فوائد: دیرج کو شہد کی مانند گاڑھا کرتا ہے۔ احتلام۔ جریان اور سرعت کو ختم کرتا ہے۔ مردانہ کمزوری دور کر کے طاقت پیدا کرنے میں لاجواب ہے۔ دیرج کی کمی کو دور کر کے دیرج بکثرت پیدا کرتا ہے۔ لیکوریا (سیلان الرحم) میں بھی دیا جاتا ہے۔

درہت گنگادھر چورن (شارنگدھر)

اجزاء: ناگرموتھا۔ شیوناک۔ سونٹھ۔ گل دھاوا۔ لودھ پٹھانی۔ اسگندھ بالا۔ بلگری۔ موچرس۔ پاٹھا۔ اندرجو۔ کوڑ ساک۔ مغز تخم آم۔ اتیس۔ لاجونتی۔ برابر وزن لیکر چورن بنالیں۔

خوراک: دو تا چار ماشہ چاولوں کے دھوون یا چھاچھ کے ہمراہ دیں۔

فوائد: ہر قسم کے دست مروڑ سنگرہنی کے لئے لاثانی ہے۔ بچوں کے دست مروڑ وغیرہ میں بھی دیا جاتا ہے۔

ہنگوادی چورن (شارنگدھر)

اجزاء: بھنگ بریاں۔ پاٹھا۔ ہرڑ۔ دھنیا۔ انار دانہ۔ چترک کی جڑ کی چھال

کچور۔ اجمود۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ ہاؤبیر۔ امل وید۔ جنگلی اجوائن۔ تازہ املی کا گودا۔ زیرہ سیاہ۔ پوکھرمول۔ بچ (وچ)۔ چویہ۔ جوکھار۔ سجی کھار۔ نمک سیندھا۔ نمک سیاہ۔ وڑنمک۔ نمک سانبھر۔ نمک سمندری۔

سب ادویہ ہموزن لیکر سفوف بنالیں۔

خوراک: ۲ تا ۶ ماشہ گرم پانی، لسی یا پرانی برانڈی کیساتھ۔

فوائد: غذا ہضم نہ ہوتی ہو۔ ڈکار آتے ہوں یا اپھارے کی شکایت ہو تب یہ چورن استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ دستوں کو روکتا ہے۔ باؤگولہ دور کرتا ہے۔ اور پیٹ سے ہوا کو خارج کرتا ہے۔ نیز ہر قسم کے درد شکم۔ قبض۔ بدہضمی۔ یرقان۔ تلی۔ جگر کی سستی و کمزوری۔ جگر کا بڑھنا وغیرہ کے لئے زود اثر ہے۔

ہنگواشٹک چورن (اشٹانگ ہردے)

اجزاء: سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ اجوائن دیسی۔ نمک سیندھا۔ زیرہ سفید۔ زیرہ سیاہ۔ ہینگ بریاں۔

ان آٹھوں ادویہ کو مساوی الوزن لیکر باریک کوٹ کر چھان لیں۔

خوراک: دو تا چار ماشہ گرم پانی یا عرق سونف سے دیں۔

فوائد: یہ چورن بدہضمی۔ ضعف معدہ۔ ہیضہ۔ اسہال (دست) سنگرہنی۔ باؤگولہ۔ درد ریح۔ اپھارہ کو دور کرتا ہے۔ قوت ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ اشتہا (بھوک) پیدا کرتا ہے۔ حرارت معدہ کو تیز کرتا ہے۔ جب کھانا ہضم نہ ہوتا ہو تب یہ چورن بڑا فائدہ کرتا ہے۔ غذا کو جلد ہضم کر کے جزو خون بناتا ہے۔

کواتھ (جوشاندے)

کواتھ بنانے کا عام طریقہ:

جن ادویات کا کاڑھا بنانا مطلوب ہو اُنہیں جوکوب کرکے سولہ گُنا پانی میں مٹی یا قلعی شُدہ برتن میں ڈال کر نرم آنچ پر پکائیں۔ جب چوتھائی پانی باقی رہ جائے تب کپڑچھان کرکے نیم گرم استعمال کرائیں۔ اگر چینی ملانی ہو تو سولواں حِصّہ ڈالیں شہد ملانا ہو تو آٹھواں حِصّہ ڈالیں۔

دشمول کواتھ

اجزاء: پوست بِل۔ پوست کمبھاری۔ پاڈھل۔ شیوناک۔ ارنی۔ گوکھرو۔ کنڈیاری خُرد و کلاں۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ یہ دسوں ادویات ہموزن جوکوب کرلیں۔

خوراک: دو تا چار تولہ۔

فوائد: مشہور کواتھ ہے۔ بالعموم بطور انُوپان دُوسری دواؤں کیساتھ ہوتا ہے۔ وائُو (ریح) کے امراض میں نفع کرتا ہے۔ وضع حمل کے بعد رحم کو طبعی حالت پر لاتا ہے۔ رحم، معدہ اور انتڑیوں میں وائُو کو باہر نکالتا ہے۔ درد مِٹاتا ہے۔ جوڑوں کا درد۔ گنٹھیا۔ رعشہ۔ ادھرنگ۔ لقوہ وغیرہ میں دیا جاتا ہے۔

دیودارو کواتھ

اجزاء: دیودار۔ دَبچ۔ کُٹھ۔ مگھاں۔ سونٹھ۔ کائپھل۔ ناگرموتھا۔ چراتہ۔ کُٹکی۔ دھنیا۔ ہرڑ۔ گج پیپل۔ کوریخ کی جڑ۔ گوکھرو۔ دھمانسہ۔ کٹیھری کلاں۔ اتیس۔ گلو۔ کاکڑاسنگی۔ زیرہ سیاہ برابر وزن کُوٹ لیں۔

خوراک: ۲ تا ۴ تولہ۔

فوائد: وَضع حمل کے بعد پلانے سے پرسُوتی بُخار۔ دَمہ۔ رعشہ۔ اور غشی کو دُور کرتا ہے۔ فاسِد مواد کو باہر نکالتا ہے۔

راسناپنچک کواتھ

اجزاء: راسنا۔ گوکھرو۔ ارنڈ کی جڑ۔ دیودار۔ اِٹ سِٹ۔ گلو۔ اِملتاس کا گُودا۔ برابر وزن لیں۔

خوراک: ۲ تا ۴ تولہ۔

فوائد: درد کمر۔ درد ہر قسم۔ جوڑوں کا درد۔ گنٹھیا۔ تشنج (اکڑاہٹ) کو مفید ہے۔

مہاراسنا آدی کواتھ

اجزاء: راسنا دو حِصّہ۔ دھمانسہ۔ کھرنٹی۔ ارنڈ کی جڑ۔ دیودار۔ کچُور۔ دَبچ۔ بانسہ۔ سونٹھ۔ ہرڑ۔ چپ۔ ناگرموتھا۔ اِٹ سِٹ۔ گلو۔ بدھارا۔ سونف۔ گوکھرو۔ اسگندھ۔ اتیس۔ اِملتاس کا گُودا۔ ستاور۔ مگھاں۔ پیا بانسہ۔ دھنیا۔ کنڈیاری خُرد و کلاں برابر وزن۔

خوراک: ۲ تا ۴ تولہ۔

فوائد: ریگن۔ لقوہ۔ گنٹھیا۔ جسم میں کپکپی۔ رعشہ۔ ادھرنگ۔ فالج اور

بانجھ پن کے لئے مُفید ترین کواتھ ہے۔

چتر بھدّر کواتھ

اجزاء :۔ گلو۔ اتیس۔ سونٹھ۔ ناگرموتھ۔ برابر وزن لیکر کوٹ لیں۔

خوراک :۔ ۱ تولہ تا ۴ تولہ۔

فوائد :۔ قابض ہے۔ بچوں کے امراض مثلاً قے۔ اسہال۔ بُخار۔ ضعفِ ہضم بخار۔ دردِ شکم میں فائدہ کرتا ہے۔

ورہت منجشٹھا آدی کواتھ

اجزاء :۔ مجیٹھ۔ ناگرموتھ۔ کوڑساک۔ گلو۔ کُٹھ۔ سونٹھ۔ بھرنگی۔ کنٹ کاری۔ وَچ۔ نیم کی چھال (پوست) ہلدی۔ دارہلدی۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ پٹول پتر۔ کُٹکی۔ مُوروا۔ بابڑنگ۔ وجے سار۔ چترک مُول۔ ستاور۔ ترائمان۔ پیپل۔ اِندر جَو۔ بانس برگ۔ بھنگرہ۔ دیودار۔ پاٹھہ۔ کھدّر چھال۔ لال چندن۔ نسوت۔ چھال برنا۔ چرائتہ۔ باچی۔ اِملتاس کا گُودا۔ چھال سوہیڑہ۔ لکان (ادھریک) کرنجوہ کی چھال۔ اتیس۔ نیتر بالا۔ جڑ اِندرائن۔ دھماسہ۔ اننت مُول۔ پت پاپڑا۔

خوراک :۔ ایک تا دو تولہ۔

فوائد :۔ اٹھارہ قِسم کے کوڑھ (جذام) فسادِ خُون۔ آتشک۔ فالج۔ اعضائے جسم کی بے حسی۔ وات رکت کے لئے مُفید و اعلیٰ ہے۔ مُصفیٔ خُون ہے۔

آرگودھ آدی کواتھ

اجزاء :۔ اِملتاس کا گُودا۔ کوڑ تروی۔ مویز منقیٰ۔ سناء۔ ہرڑ کلاں گلِ سُرخ ۲-۲ تولہ۔

خوراک :۔ ۲ تا ۲½ تولہ۔

فوائد :۔ ملیّن ہے۔ مخرّجِ بلغم ہے۔ سینہ کی خشونت (کھرکھری) کھانسی دائمی قبض کے لئے منفعت بخش ہے۔ جگر کے فعل کو دُرست کر کے صُفراء کو خارج کرتا ہے۔ بلغمی امراض میں نفع کرتا ہے۔

آیورویدک (دیسی چائے) چائے

اجزاء :۔ برگِ تُلسی ۸ تولہ۔ برہمی چار تولہ۔ دارچینی ایک تولہ۔ تیزپات ۴ تولہ۔ سونف ۴ تولہ۔ مگھاں ایک تولہ۔ ناگرموتھا ایک تولہ۔ صندل سُرخ ۸ تولہ۔ الائچی کلاں دو تولہ۔ مُشک بالا دو تولہ۔ لونگ ایک تولہ۔ ملٹھی ۴ تولہ۔ بنفشہ ۴ تولہ۔ کترن چار تولہ۔ سب ادویہ کو نیم کوب کر لیں اور بطور چائے پانی میں جوش دے کر دُودھ اور کھانڈ مِلا کر پلائیں۔

فوائد ۔ گلے کی خرابی مثلاً سوزش۔ خرخراہٹ اور سوزش سے پیدا شُدہ کھانسی۔ نزلہ زکام۔ بلغم کی زیادتی۔ سر کا بھاری پن۔ قبض۔ اعضاء شکنی۔ اور انفلوئنزا میں بے حد مفید ہے۔

گھرت و تیل

آیورویدمیں گھرت اور تیل کو مختلف ادویہ کے ہمراہ پکا کر قابلِ استعمال بنایا جاتا ہے۔ مطلوبہ دواؤں کے کاڑھوں کے ساتھ بعض ادویات کا کلک بنایا جاتا ہے۔ یہ طریقہ عام فہم ہے اور قریباً ہر شخص جانتا ہے۔ سنسکرت میں لکھے آیوروید گرنتھوں میں اسے سنسکار گھرت یا تیل کہتے ہیں۔ سنسکار سے مُراد یہ ہے کہ کسی دُوسری شے کی تاثیر و خواص کو اپنے اندر جذب کر لینا۔

اس مقصد کے لئے گھی یا تیل کو مطلوبہ ادویہ کیساتھ مُورچھن کر لیا جاتا ہے۔ گھی کو مُورچھن کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک سیر گھی میں ترپھلا۔ موتھا۔ ہلدی۔ رس نیموں چھٹانک چھٹانک لیں اور اُنہیں چار سیر پانی میں پکائیں۔ جب پانی جل جائے تب گھی اس قابل ہو جاتا ہے کہ وہ دُوسری جڑی بُوٹیوں کے مُفید اثرات اپنے اندر شامل کر لے۔

تیل کو مُورچھن کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک سیر تیل کو کڑاہی میں ڈالیں۔ جب جھاگ بند ہو جائے تب مجیٹھ۔ ہلدی۔ لودھ۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ موتھہ۔ اسگندھ بالا۔ پھُول کیوڑا برگد کی کونپل۔ رتن جوت دو۔ دو تولہ چار سیر پانی میں ملا کر پکائیں۔ پانی جل جانے پر تیل چھان لیں۔ یہ تیل مُورچھت ہو کر اپنے اندر وصف پیدا کر لیتا ہے کہ دُوسری دواؤں کے خواص و تاثیر قبول کر سکے۔

نارائن تیل (شارنگدھر)

اجزاء: ۔ اسگندھ۔ کھرینٹی۔ پوست بل۔ پاڈھل۔ کٹائی خورد۔ کٹائی کلاں گوکھرو۔ اُتی بلا۔ پوست درخت نیم۔ پوست درخت شیوناک۔ جڑ اِٹ سِٹ۔ پرسارنی۔ ارنی ہر ایک ادھ سیر۔ ان تمام کو جوکوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب سولہ سیر پانی رہ جائے تب چھان لیں۔ روغن کُنجد سولہ سیر۔ جوشاندہ ستاور چار سیر۔ شیر گاؤ سولہ سیر۔ کُٹھ۔ الائچی چندن سفید۔ مروڑ پھلی۔ ورچ۔ جٹا مانسی۔ سیندھیا نمک۔ اسگندھ۔ کھرینٹی۔ راسنا۔ سونف۔ دیودار۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ ماش پرنی۔ مونگ پرنی۔ تگر۔ ہر ایک آٹھ تولہ تیل تیار کریں۔

استعمال: ۔ نیم گرم کر کے مقام ماؤف پر باندھیں۔

فوائد: ۔ لقوہ۔ فالج۔ گنٹھیا۔ جوڑوں کی سوجن۔ رعشہ۔ اوجاع ہر قسم۔ رینگن۔ درد کمر دُور ہوتے ہیں۔ سینہ کا درد بھی رفع ہوتا ہے۔ خوردنی طور پر بھی مُستعمل ہوتا ہے۔ ناک میں نسوار دینے سے درد شقیقہ کو آرام ہو۔

لاکشادی تیل (شارنگدھر)

اجزاء: ۔ کچی لاکھ کا دانہ چار سیر۔ گائے کے دہی کا پانی چار سیر۔ روغن کُنجد ایک سیر۔ سونف۔ اسگندھ۔ ہلدی۔ برادہ دیودار۔ کُٹکی۔ رینوکا۔ مروا۔ کُٹھ۔ ملٹھی۔ چندن۔ موتھاں۔ راسنا۔ ہر ایک سوا سوا تولہ۔

اوّل لاکھ میں سولہ سیر پانی ملا کر کاڑھا بنا لیں۔ جب پانی جل کر چار سیر باقی رہے

تب چھان لیں اور تیل کو مورچھون کریں۔ بعدازاں باقی ماندہ اشیاء کو بطور چٹنی پیس کر کاڑھا ملا کر نرم آنچ پر پکائیں۔ تیار ہوئے پر چھان کر رکھیں۔

استعمال: جسم پر مالش کیجاتی ہے۔

فوائد: تپ دق۔ پرانا بخار۔ چھاتی میں سوزش۔ نمونیہ۔ انفلوئنزا کے سبب پھیپھڑوں کے کم زور ہونے پر مالش کرنے سے نفع کثیر ہوتا ہے۔ اعضاء کے پھڑکنے میں۔ خارش اور مرگی میں بھی مفید ہے۔ حاملہ عورت اگر اس تیل کی مالش اپنے پیٹ پر کرے تو حمل قائم رہے۔ سوکھا مسان میں جبکہ بچے سوکھ کر کم زور اور لاغر ہو جاتے ہوں اس تیل کی مالش اپنا اثر دکھاتی ہے۔

مرچ آدی تیل (شارنگدھر)

اجزاء: مرچ سیاہ۔ زردی۔ چندن سرخ۔ ہڑتال طبقی۔ ناگرموتھا۔ مینسل۔ جٹا مانسی۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ دیودار۔ جڑ اندرائن۔ جڑ کنیر۔ کٹھ تلخ۔ شیرمدار (دودھ آک) گائے کے گوبر کا رس۔ ہر ایک ایک تولہ۔ میٹھا تیلیہ دو تولہ۔ سب کا کلک بنائیں تیل سرسوں ایک سیر۔ گائے کا پیشاب دو سیر اور پانی دو سیر۔ تیل تیار کریں۔

استعمال: تیل کی جسم پر مالش کریں۔

فوائد: خشک خارش۔ سر اور بغل کی پھنسیاں۔ بقم۔ داد۔ چنبل۔ جذام الغرض تمام امراض جلد میں اثر کرتا ہے۔

پھل گھرت (شارنگدھر)

اجزاء: ہڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ملٹھی۔ کٹھ۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ کٹکی۔ بابڑنگ

موتھا۔ پپلی۔ اندرائن کی جڑ۔ کائفل۔ ورچ۔ میدہ۔ مہامیدہ۔ کاکولی۔ کھیر کاکولی۔ ساریوا۔ پرینگو۔ سونف۔ ہینگ۔ راسنا۔ چندن سرخ۔ چندن سفید۔ گل چنبیلی۔ طباشیر۔ نیلوفر۔ کھانڈ۔ اجمود۔ دنتی ہر ایک ایک تولہ۔ گھی گائے ایک سیر (گھی اس گائے کا ہو جس کا ایک رنگ ہو اور بچھڑا زندہ ہو) دودھ گائے چار سیر۔ بطریق مشہور گھی تیار کریں۔

خوراک: ایک چمچہ گرم دودھ میں ملا کر شام کو دیں۔

فوائد: قوت باہ بڑھاتا ہے۔ رحم کو بے حد طاقت دیتا ہے جس کی وجہ سے رحم کی پیچیدہ بیماریاں دور ہو جاتی ہیں اور رحم میں استقرار حمل کی قوت آجاتی ہے۔ مرض اطراد کو فائدہ کرتا ہے۔ بانجھ عورت کو بھی قابل اولاد بناتا ہے۔ اگر دوران حمل اسے استعمال کیا جائے تو بچہ عقلمند، تندرست اور طاقتور پیدا ہوتا ہے۔

ترپھلا گھرت (شارنگدھر)

اجزاء: ہڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ منقیٰ۔ پپلی۔ چندن۔ سیندھا نمک۔ کھریٹی۔ کاکولی۔ کھیر کاکولی۔ میدہ۔ مرچ۔ سونٹھ۔ کھانڈ۔ کنول گٹہ۔ نیلوفر۔ اٹ سٹ۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ ملٹھی ہر ایک ایک تولہ۔ گھی گاؤ ایک سیر۔

(کاڑھا) جوشاندہ ترپھلا۔ جوشاندہ بھنگرہ۔ جوشاندہ بانسہ۔ شیر بز (دودھ بکری) ہر ایک ایک سیر۔ بمطابق طریق مشہور گھی تیار کریں۔

خوراک: ایک چمچہ بھر دودھ گرم میں ڈال کر یا سبزی وغیرہ میں دیں۔

فوائد: اس کے باقاعدہ استعمال سے امراض چشم مثلاً خارش، دھند،

غبار۔ جالا۔ موتیابند۔ رتوندھ۔ پانی جانا۔ سب عوارض دُور ہوتے ہیں۔ دماغ کو ترطیب دیتا ہے۔ آنکھوں سے متعلقہ اعصاب کو بیحد طاقت دیتا ہے۔ نظر کی کمزوری میں اس کا استعمال بہت فائدہ کرتا ہے۔ نسوار دینے سے ناک کے امراض رفع ہوتے ہیں قبض کشا بھی ہے۔

برہمی گھرت (چکر دت)

اجزاء ۔ برہمی کا رس چار سیر۔ گائے کا گھی ایک سیر۔ ان میں بچ۔ ورچ۔ شنکھ پشپی تینوں کا کلک ایک پاؤ۔ حسب دستور گھی تیار کریں۔ بعد میں چھان لیں۔

خوراک ۔ تین تا چھ ماشہ ہمراہ دُودھ یا کھانے میں ڈال کر بطور سبزی دیں۔

فوائد ۔ جنون۔ دماغی کمزوری۔ نسیان۔ (بھول کا مرض) کمی یادداشت۔ مرگی۔ ہسٹیریا۔ مراقی۔ مالیخولیا میں بیحد مفید ہے۔ ذہانت بڑھاتا ہے۔ یادداشت کی طاقت پیدا کرتا ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کے لئے عجیب الاثر ہے۔ دماغ تھکاوٹ محسوس نہیں کرتا۔

نوٹ:۔ گائے کا گھی پرانا ڈالیں۔

امراض کی تشخیص
اور
اُن کا علاج

"طبیب کا فرض ہے کہ اوّل مرض کی صحیح تشخیص کرے۔ بعد میں نُسخہ تجویز کر کے فہم و فراست سے علاج کی طرف مائل ہو۔"

مہرشی چرک

پانچ مہا بھوت (عناصر) اور تین اخلاط کا تعلق

آیورویدک اصول کے مطابق انسانی جسم پانچ مہا بھوت (عناصر) یعنی پرتھوی۔ جل وایو۔ اگنی اور آکاش کا مجسمہ ہے۔ اور انہی مہا بھوتوں کی بدولت جسم میں کف۔ پت اور وایو تینوں اخلاط کی پیدائش ہوئی ہے۔ جیسا کہ کف (بلغم) پرتھوی اور جل کو ظاہر کرتا ہے۔ وایو ہوا کی موجودگی کا مظہر ہے اور پت (صفرا) اگنی نمایاں کرتی ہے۔ ان تینوں اخلاط اور ان پانچ مہا بھوتوں کے طبعی اعتدال سے جسمانی صحت اور تندرستی قائم رہتی ہے۔" اگر ان میں کمی بیشی ہو جائے تو کوئی نہ کوئی مرض آگھیرتا ہے۔

سپت دھاتو۔ جو خوراک منہ کے راستہ کھائی جاتی ہے وہ معدہ کی ہنڈیا میں جاکر پکتی ہے پکنے پر اس سے "رس" (کیلوس) تیار ہوتا ہے اور باقی فضلہ رہ جاتا ہے جو آنتوں کی طرف چلا جاتا ہے۔ اب اس "رس" (کیلوس) کے پکنے پر خون تیار ہوتا ہے اور اس کا کثیف (مل) حصہ کف کی شکل میں رہ جاتا ہے۔ خون پکنے پر اس کا جوہر گوشت (مانس) بن جاتا ہے اور کثیف حصہ پت یعنی صفرا بنتا ہے۔ گوشت پکنے کے بعد اس کا لطیف جوہر چربی بنتا ہے اور کثیف حصہ ناک کان کا میل وغیرہ بن جاتا ہے۔ چربی پکنے پر ہڈی بنتی ہے اور اس کا کثیف حصہ پسینہ بنتا ہے۔ ہڈی پکنے پر مجا یعنی ہڈی کے اندر کا گودا بنتی ہے اور کثیف حصہ بال روئیں اور داڑھی مونچھ کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔

مجا پکنے کے بعد اس کا جوہر اعلیٰ وریج بنتا ہے اور کثیف حصہ جلد کی چکناہٹ

اور آنکھوں کا کیچڑ بن جاتا ہے۔

ہم جو بھی خوراک کھاتے ہیں وہ اسی طرح ہضم ہو کر علی الترتیب "سپت دھاتو" کے مدارج طے کر کے جسم کی نشوونما کرتی ہے۔

وایو کف پت کے اثرات

اخلاط ثلاثہ (ہر سہ خلطوں) کی کمی وبیشی سے جو عوارض لاحق ہوجاتے ہیں اُن کی تفصیل ذیل میں دیجاتی ہے۔ (کمی سے)

۱۔ وایو کی کمی سے جسم میں کاہلی۔ کم بولنا۔ کند ذہنی کی علامات نمودار ہوجاتی ہیں۔

۲۔ پت کی کمی سے جسم میں حرارت (گرمی) کم ہوجاتی ہے۔ قوتِ معدہ کمزور ہوجاتی ہے۔ چہرے کا جلال زوال پذیر ہونے لگتا ہے۔

۳۔ کف کی کمی کے سبب خشکی۔ جلن اور آلاتِ انہضام سست پڑ جاتے ہیں۔ ہڈیاں کمزور ہوجاتی ہیں۔ باربار پیاس لگتی ہے۔ نیند کم آتی ہے۔

(بیشی سے)

۱۔ وایو کے بڑھنے سے آواز میں کرختگی جسم میں سیاہی پن۔ آنکھ۔ کان۔ زبان وغیرہ اعضاء کا پھڑکنا۔ گرم کھانوں سے رغبت پیدا ہونا۔ نیند کم ہوجانا۔ طاقت میں کمی محسوس ہونا۔ قبض اور رعشہ پیدا ہونا وغیرہ علامات نمایاں ہوجاتی ہیں۔

۲۔ پت (صفرا) بڑھنے سے جلدی زردی۔ تلخی و گرمی محسوس ہونا۔ طاقت کم ہونا۔ اعضاء شکنی بیہوشی۔ سرد کھانوں کی خواہش۔ نیند کی کمی۔ پیشاب و پاخانہ کی حاجت بار بار ہونا۔ آنکھوں کا دکھنا۔

۳ - کف (بلغم) کی زیادتی سے سردی محسوس ہوتی ہے۔ جسم میں بھاری پن۔ سُستی نیند کی زیادتی۔ جوڑوں میں بھاری پن یا درد۔ جسم پر سفیدی آنا۔ اُلٹیاں وغیرہ آنے لگتی ہیں۔

علاج معالجہ کی غرض سے مذکورہ بالا علامات اور خلطی بگاڑوں کو ہمیشہ مدِّنظر رکھنا چاہیئے۔ کیونکہ مرض کی صحیح تشخیص ہونے پر ہی علاج میں کامیابی اور مرض کی بیخ کنی (جڑ سے اُکھاڑنا) ہوتی ہے۔

چار پاد (ارکان)

قدیم آیورویدک گرنتھوں میں علاج کے لئے چار پاد (چار ارکان) معالج (ویدیا) مریض دوا (اوشدھی) اور تیماردار متعین کئے گئے ہیں۔

ان چاروں میں معالج یعنی ویدیا کا رتبہ سب سے بڑا قرار دیا گیا ہے۔ چاروں ارکان کی مجموعی صفات درج ذیل ہیں۔

۱۔ معالج (ویدیا) تعلیم یافتہ ہو۔ اور اُس نے گرنتھوں کا باقاعدہ مطالعہ کیا ہو۔ عملاً تجربہ کار ہو۔ صفائی پسند اور صحت مند ہو۔ موقع شناس اور عقلمند ہو۔ جملہ ساز و سامان سے لیس ہو۔ حقیقت گو اور مذہبی انسان ہو۔ حریص نہ ہو۔

۲۔ مریض - معالج پر اعتماد رکھنے والا۔ مالی لحاظ سے درست۔ علاج معالجہ کے سلسلہ میں روپیہ خرچ کرنے میں بخیل نہ ہو۔ قابلِ علاج مرض میں مبتلا ہو۔ پرہیزی اور طویل العمر ہو۔

نوٹ:- طویل العمر سے مراد یہ ہے کہ علمِ قیافہ اور بذریعہ سامدرک ہست ریکھا اس کی زندگی ابھی کافی ہو۔

۳ - دوا - اچھی زمین میں پیدا ہوئی ہو۔ موسم کے مطابق اُکھاڑی گئی ہو۔ مقررہ وزن میں دی گئی ہو۔ خوشبو۔ ذائقہ اور رنگت، دل پسند ہو۔ خلطوں کو دُور کرنے والی ہو مرض کی تشخیص کے بعد ہی تجویز کردہ ہو۔ درست حالت میں ہو۔

۴ - تیماردار - اخلاص مند۔ محنتی ہو۔ چغل خور نہ ہو۔ صحت مند۔ شیریں کلام۔ خدمت گزار اور معالج کے حکم کی تعمیل پر کاربند ہو۔

بخار

بخار کی تعریف - جسم کی طبعی حرارت کا حدِ اعتدال (۹۸.۴ فارن ہائٹ) سے بڑھ جانا بُخار کہلاتا ہے۔ ایک تندرست جسم کا درجۂ حرارت (ٹمپریچر) ۹۸.۴ فارن ہائٹ ہوتا ہے۔ اور اسی درجۂ حرارت میں تمام جاندار زندہ و صحت مند رہتے ہیں۔ چھوٹے اجسام والے کیڑے مکوڑے اسی درجۂ حرارت میں کمزور اور سُست پڑ جاتے ہیں۔ اور ۹۸.۴ درجۂ حرارت سے زیادہ میں کیڑے مکوڑے ہلاک ہو جاتے ہیں۔

علامات - حرارتِ جسم ۹۸.۴ فارن ہائٹ سے بڑھ کر ۹۹ تا ۱۰۱ تک پہنچ جائے تو اسے خفیف بُخار (ہلکا بخار) کہتے ہیں۔ ۱۰۱ تا ۱۰۲ معمولی بخار ہوتا ہے۔ ۱۰۳ تا ۱۰۵ درجہ تک شدید بخار اور اس سے زیادہ درجۂ حرارت ہو تو اسے شدید تر بُخار یا تپِ محرقہ بھی کہتے ہیں۔ جسے ڈاکٹری اصطلاح میں ہائی پرپائی ریکسیا کہتے ہیں۔ بخار کی سب سے بڑی معتبر یہی علامت ہوا کرتی ہے۔

علاوہ ازیں جلد گرم خشک ہوتی ہے۔ ہونٹوں پر پپڑی جم جاتی ہے۔ زبان خشک

ہوجاتی ہے۔ پیاس زیادہ لگنے لگتی ہے۔ معدہ اور آنتوں کی رطوبت خشک ہونے سے بھوک ختم ہوجاتی ہے۔ قبض اور سر درد ہونے لگتی ہے۔ جسم ٹوٹنے لگتا ہے۔ نبض کی رفتار تیز اُبھری ہوئی ہوتی ہے۔ سانس تیز تیز چلتا ہے۔ پیشاب کم مقدار میں آتا ہے کیونکہ گردے کمزور ہوجاتے ہیں کبھی کبھی پیشاب بند بھی ہوجاتا ہے۔ بےچینی۔ بےہوشی۔ کپکپی اور غنودگی بھی طاری ہونے لگتی ہے۔ بعض اوقات کھانسی۔ نزلہ۔ زکام کیساتھ بھی خفیف بخار محسوس ہوتا ہے۔ اس حالت میں بجائے دفعیہ بُخار کے اصل مرض کا علاج کرنا واجب ہے۔

اقسام۔ بخار کی اقسام کے متعلق بالوضاحت بیان بخوفِ طوالت نہیں دیا جاسکتا۔ تاہم چند مشہور و عام بخاروں کے متعلق واقفیت اور علاج کا طریقہ مختصراً درج ذیل ہے۔

ملیریا بخار۔ دُنیا بھر میں اِس نامرادِ بخار کی وجہ سے لاکھوں افراد موت کا شکار ہوجاتے ہیں۔ یہ مُوذی بخار بالعموم موسمِ برسات کے اواخر میں حملہ آور ہوتا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق ملیریا آنافیلس نامی مچھر کے کاٹنے سے جسم کے اندر خون میں ملیریائی جراثیم داخل ہوجاتے ہیں۔ (یہ تحقیق ۱۸۹۵ء میں ڈاکٹر راس نے دریافت کی تھی)

علامات ملیریا۔ مریض کا جسم سردی سے کانپنے لگتا ہے۔ سر درد ہونے لگتی ہے تیز بُخار کے ساتھ ساتھ پیاس لگتی ہے۔ ملیریا بخار کی دو قسمیں ہیں۔ ایک میں مقررہ اوقات پر بخار چڑھتا ہے اور قریباً ۲۴ گھنٹے تک رہتا ہے۔ دوسری قسم میں ۴۸ گھنٹے بعد چڑھتا ہے۔ جسے باری کا بُخار بھی کہتے ہیں۔ اس کی بھی کئی قسمیں ہیں۔

عِلاج۔ سب سے پہلے مریض کا معدہ اور انتڑیاں صاف کرنے کے لئے "شکم در بھنی دٹی" اشوگنجلی رس۔ یا اچھیا بھیدی رس وغیرہ دیں۔ تاکہ فُضلہ خارج ہو۔ ازاں بعد بُخار کی حِدّت کو کم کرنے اور پسینہ لانیوالی دوا دیں۔

مرتنجے رس گرم پانی کیساتھ دینے سے پسینہ آجاتا ہے اور جسمانی حرارت بذریعہ پسینہ باہر نکل جانے سے بخار کم ہوکر اُتر جاتا ہے۔

بخار کو قطعی طور پر روکنے کے لئے سدرشن چُورن بید مُفید رہتا ہے۔ علاوہ ازیں کُشتہ ابرک سیاہ۔ کُشتہ ہڑتال گودنتی وغیرہ بھی نفع دیتے ہیں۔

ملیریا میں عام طور پر جگر یا تِلی بڑھ جایا کرتی ہے۔ امر تکا ارشٹ۔ کماری آسو۔ روہتیک ارشٹ جگر و تِلی کے بڑھنے میں معجزہ نما ہے۔ یہ جگر و تِلی کو گھٹا کر کم کردیتے ہیں۔

ٹائیفائیڈ (میعادی بُخار)

اِس بُخار کا دَورہ عام طور پر اکیس یوم یا اِس سے زیادہ ہُوا کرتا ہے۔

علامات۔ آنتیں مُتورم ہوکر بیکار ہوجاتی ہیں اور دست آنے لگتے ہیں۔ جسم پر سُرخ رنگ کے دھبّے نمُودار ہوجاتے ہیں۔ جسم میں کاہلی و سُستی آجاتی ہے۔ پیٹ میں تکلیف رہتی ہے۔ بھوک کم اور پیاس زیادہ لگتی ہے۔ پیشانی پر درد۔ جی متلانا۔ دن بھر بیہوشی سی۔ رات کو نیند نہ آنا۔ زبان میلی وغیرہ شکایات ہوتی ہیں۔ درجۂ حرارت کی نسبت نبض کی رفتار سُست ہوتی ہے۔ پسینہ آور دوا دینے سے بخار اُترنے کی بجائے تیز ہوجاتا ہے۔ پہلے ہفتہ بخار آہستہ آہستہ تیز ہوتا ہے۔ دُوسرے ہفتہ یکساں رہتا ہے اور تیسرے ہفتہ آہستہ آہستہ کم ہوتا ہے۔ اِس بخار میں پیٹ میں تکلیف رہتی ہے۔ کبھی

پیٹ پھول جاتا ہے کبھی گڑگڑاہٹ ہوتی ہے۔

علاج۔ اس بخار کے علاج میں غذائی پرہیز کو مدنظر رکھنا چاہیئے۔ مریض کو کوئی غذا دینے کی بجائے نہایت لطیف قسم کی غذائیت دیں۔ کیونکہ غذا آنتوں کی سوزش کے لئے مہلک ثابت ہوتی ہے۔ نیز جلاب آور دوا بھی ممنوع ہے بخار میعادی میں قبض دستوں کی نسبت عمدہ نشانی تصور کی جاتی ہے۔ کشتہ ابرک سیاہ۔ کشتہ موتی سیپ۔ کشتہ موتی۔ کشتہ ہڑتال گودنتی۔ ست گلو۔ بسنت مالتی رس اس کے لئے بے نظیر دوائیں ہیں۔

اگر کھانسی کی شکایت ہو تو ستو پلادی چورن وغیرہ بھی دیا جا سکتا ہے۔

پرسوت بخار

اسباب: وضع حمل کے بعد رحم کی مکمل صفائی نہ ہونے سے یہ بخار ہوتا ہے یا بوقت وضع حمل رحم میں خراش و زخم ہونے سے پانچ سات روز تک اس کے اندر مواد پیدا ہونے سے بھی پرسوتی بخار ہوتا ہے۔

یہ بخار کپکپی کے ساتھ شروع ہوتا ہے۔ بعد از وضع حمل عورت کا اعصابی نظام بے حد کمزور ہوتا ہے اور قدرتاً قوت مدافعت بھی کمزور ہو جاتی ہے۔ اس لئے عورت بخار کے حملہ کی تاب نہیں رکھتی۔ چونکہ یہ پرسوتی بخار عورت کے لئے بیحد خطرناک اور جان لیوا ہوتا ہے لہذا اس کے علاج میں کوتاہی نہیں کرنی چاہیئے بلکہ فوراً علاج معالجہ کی طرف رجوع کرنا ضروری ہے۔

علاج۔ پرتاپ لنکیشور رس کو دشمول کے کاڑھے کیساتھ پلائیں تاکہ رحم

کی صفائی ہو جائے۔ صفائی ہونے سے بخار اتر جاتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی خوراک کھلانے کے بعد دشمول ارشٹ پینے کو دیں۔ تاکہ رحم اور اس سے متعلقہ اعصاب و اعضاء کو طاقت ملے اور بخار کی حدت و خطرہ کم ہو۔ شری پشپات چورن بھی پرسوتی بخار میں نافع ثابت ہوتا ہے۔

انفلوئنزا

علامات۔ جسمانی حرارت کیساتھ بلغم کی کثرت۔ گلے کی خرابی جسم ٹوٹنا۔ نزلہ۔ زکام۔ کھانسی۔ سر میں درد۔ بھوک کی کمی انفلوئنزا کی علامات ہیں۔

علاج۔ جدید نظریئے کے مطابق یہ متعدی بخار مانا گیا ہے۔ اس کے علاج میں دافع بلغم (کف ناشک) ادویات دیں۔ بلغم رکنے سے بخار از خود ختم ہو جاتا ہے۔ دافع بلغم کے ساتھ ساتھ مقوی معدہ اور ہاضم دوائیں دیں۔ تاکہ معدہ طاقتور ہو اور خوب بھوک لگے۔ مرتنجے رس۔ تربھون کیرتی رس۔ لکشمی ولاس رس۔ چندرامرت رس ستو پلادی چورن۔ سنجیونی وٹی۔ کشتہ ابرک سیاہ اور دیسی چائے کا استعمال مفید رہتا ہے۔

اسہال (دست)

اسباب و علامات۔ بے وقت۔ بلا ضرورت۔ معمول سے زیادہ یا ثقیل (بوجھل) غذا کھانے سے معدہ کمزور ہو جاتا ہے جس کے سبب غذا بخوبی ہضم نہیں ہوتی اور آنتوں میں سرسراہٹ ہونے لگتی ہے۔ اس سے آنتوں کی حرکات (PARATALTIC MOVEMENTS) تیز ہو جاتی ہیں۔

آنتوں میں غلاظت موجود رہنے سے سڑاند اُٹھنے لگتی ہے۔ اِس سڑاند سے ہوا پیدا ہوتی ہے اور ان وجوہات کی بناء پر پتلا پاخانہ بار بار آنے لگتا ہے۔

علاج۔ ابتدا میں ایسی قابض دوا نہ دیں جو اسہال (دستوں) کو فوراً روک دے۔ بلکہ معدہ کو طاقتور بنانے اور غذا ہضم کرنے والی دوا دیں جب اسہال کے بعد معدہ و آنتیں غلاظت سے پاک ہو جائیں تب دست بند کرنے والی قابض دوا دیں۔

اسہالوں کا صحیح طریقہ علاج یہی ہے کیونکہ دستوں کو یکدم روکنے سے بعد میں ان کا نتیجہ خطرناک نکلتا ہے۔

فاسد و غلیظ مادہ تو آنتوں کے ساتھ ہی چپکا ہوتا ہے۔ جو آنتوں کو خراب کرکے آنتوں کی دِق (دق معوی) پیدا کرنے کا باعث بن جاتا ہے۔ اسہال زیادہ آنے سے جسم کمزور اور پیلا ہو جاتا ہے۔ اِس مرض کے دفعیہ کے لئے لوکناتھ رس۔ رام بان رس۔ لون بھاسکر چورن۔ ہنگواشٹک چورن۔ جیسی موافق ہیں۔

آخر میں جبکہ اسہال بند کرنے مقصود ہوں تو کُٹجارشٹ کا اِستعمال بہتر رہتا ہے۔

پرہیز۔ روٹی۔ دودھ و ثقیل غذاؤں سے۔ خوراک میں پتلی کھچڑی یا چاول دہی کے ساتھ دیں۔

مروڑ (پیچش)

اسباب و علامات۔ بالعموم اسہال کے مریضوں کو بار بار شکایت ہونے پر بھی پیچش نمودار ہو جاتی ہے۔

اِس مرض میں پیٹ میں بار بار مروڑ سا اُٹھتا ہے۔ درد کیساتھ پاخانہ تھوڑا تھوڑا خارج ہوتا ہے۔ پاخانہ کیساتھ خون یا آؤں کی بھی آمیزش ہوتی ہے۔ مریض کو ہر وقت پاخانہ کی حاجت رہتی ہے۔

اگر مرض پرانا ہو تو پاخانہ کیساتھ خون یا آؤں تنہا یا دونوں آتے ہیں۔ مریض کی رغبت خوراک میں نہیں رہتی۔ ہلکا ہلکا بخار بھی ہونے لگتا ہے اور پیٹ میں مروڑ اُٹھنے لگتا ہے۔ بعض اوقات پیٹ و انتڑیوں کی جھلی زخمی ہو جاتی ہے اور جا بجا زخم بن جاتے ہیں۔ انہی زخموں سے خون رس رس کر پاخانے کیساتھ نکلنا شروع ہو جاتا ہے۔

علاج۔ سب سے پہلے ارنڈی کا تیل (کسٹرائیل) دیں۔ تاکہ آنتیں نرم ہوں اِس سے مروڑ میں بھی کمی ہو جاتی ہے۔ اِس عمل کے بعد مناسب دوا دیں۔ جو دستوں اور پاخانے کو بند کرے اور معدہ کو طاقتور بنائے۔

اِس ضمن میں گرہنی کپاٹ رس۔ گنگادھر رس۔ گنگادھر چورن مشہور ادویات ہیں۔ گرہنی کپاٹ رس کُٹجارشٹ کیساتھ دینے سے نفع کثیر ہوتا ہے۔

ہیضہ (کالرا)

اسبابِ مرض۔ گلی سڑی۔ کچی جلی۔ غلیظ یا قابض غذا کھانے سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔ موجودہ نظریے کے مطابق ہیضہ ایک متعدی مرض ہے۔ ہیضہ کے جراثیم بذریعہ ہوا۔ غذا یا پانی وغیرہ صحت مند جسم میں داخل ہو کر بیماری کا پیش خیمہ بن جاتے ہیں۔

علاماتِ مرض۔ ہیضہ میں مریض کا جی متلاتا ہے۔ پیٹ میں گرانی اور کاہے

بہ گاہے درد بھی محسوس ہوتا ہے۔ قے آتی ہے اور کثرت سے اسہال (دست) آنے شروع ہو جاتے ہیں۔ کثرتِ اسہال سے جسم میں پانی کی سخت کمی ہو جاتی ہے۔ نتیجے کے طور پر مریض کی رفتارِ نبض نہایت سُست پڑ جاتی ہے اور چہرے پر سفیدی آ جاتی ہے۔ نیز پنڈلیوں میں اینٹھن ہو جاتی ہے۔

عِلاج مقوّی معدہ۔ ہاضم و جراثیم کُش ادویات دیں۔ اسہال کے سبب مریض کے جسم میں سے پانی کافی مقدار میں خارج ہو جاتا ہے۔ لہٰذا اس کی تلافی کے لئے پانی کی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ پانی جوش دیا ہُوا ہو تاکہ جراثیمی عنصر زائل ہو جائے۔ اگر پانی پلانے سے مریض اسے ہضم نہ کر سکے تو پانی (ڈسٹلڈ واٹر) آبِ مقطّر کی صورت میں بذریعہ شریان داخل کیا جاتا ہے۔ تاکہ پانی کی کمی کے باعث خُون غلیظ ہو کر منجمد نہ ہو جائے۔ اِس سے مریض کی زندگی کو خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ ہیضہ بالعموم موسم برسات میں پھُوٹتا ہے۔ اِس موسم میں بطور حفظِ ماتقدم پیاز۔ لیموں۔ پودینہ۔ انار دانہ و دیگر ہاضم اشیاء کا استعمال کریں۔ ہیضہ کے لئے "کرپُور آسو" آیورویدگرنتھوں کا مشہور مرکّب ہے۔ اِسے پانی میں ڈال کر پلانے سے دستوں اور قے کو فوراً آرام ملتا ہے۔ متلی بھی بند ہو جاتی ہے اور نبض کی رفتار بھی بڑھ جاتی ہے۔ یہ رس زبردست جراثیم کُش بھی ہے۔ علاوہ ازیں سنجیونی بُوٹی بھی ایسے ناگہانی موقعہ پر سنجیونی بُوٹی کا ہی کام دیتی ہے۔

سنگرہنی (ذرب)

اسبابِ مرض۔ اسہال و پیچش کے متواتر حملوں سے آنتیں اور معدہ انتہائی طور پر کمزور ہو جاتا ہے۔ انتڑیوں کا وُہ حصّہ جسے گرہنی کہا

جاتا ہے اور اِس کا فعل معدہ کی ہضم شُدہ غذا میں سے رس (CHYLE) لے کر جزوِ خُون بنانا ہوتا ہے اپنے طبعی فعل میں سُست اور کمزور پڑ جاتا ہے اور اِس کی قوّتِ ماسکہ (زیادہ دیر تک روکنے کی طاقت) معدُوم ہو جاتی ہے۔ اِس وجہ سے مریض غذا کھاتے ہی پاخانہ کی حاجت محسُوس کرنے لگتا ہے۔ اِس طرح خوراک ہضم ہوئے بغیر خام حالت میں ہی بذریعہ پاخانہ خارج ہو جاتی ہے۔ ذرا خیال فرمائیں اگر کھائی ہُوئی غذا جزوِ بدن نہ ہو تو صحت کا حال کیا ہوگا؟ جسمانی کمزوری اور خُون کی کمی ہو جائیگی۔ اِن دونوں حالتوں میں خطرناک اور شدید امراض کے حملہ کا خوف بھی پیدا ہو جائے گا۔

علاج۔ حرارتِ معدہ بڑھانے۔ معدہ کو طاقت دینے والی ہاضم اور قابض ادویات دیں۔ اِن میں گرہنی کپاٹ رس۔ گنگا دھر رس وغیرہ بے حد سریع الاثر ہیں۔ لون بھاسکر چُورن اور کُٹجا ارشٹ بھی فائدہ کرتا ہے دارُودی ماشک چُورن کُٹجا ارشٹ کیساتھ دیں۔ آیوروید گرنتھوں میں سنگرہنی کے لئے پرپٹیوں کا طریقہ درج ہے۔ ان میں رس پرپٹی۔ لوہ پرپٹی۔ پنچامرت پرپٹی بے حد اکسیر ہے۔ اِن پرپٹیوں میں سے کسی ایک کی پہلی ہی خوراک اپنا اثر دکھاتی ہے۔ آنتوں کی کمزوری کو دُور کر کے انہیں ازسرِ نو طاقتور و تندرست بنایا جا سکتا ہے۔ تاکہ غذا ہضم ہونے کے بعد فُضلہ کی صُورت میں انتڑیوں میں اُتر سکے۔

بواسیر

اسباب۔ مُسلسل ایک جگہ بیٹھے رہنے سے اخالِ جگر کی سُستی و کمزوری دائمی قبض۔ گرم اشیاء کا بکثرت استعمال۔ بادی (ریح) وغیرہ

اِس کے عام اسباب ہیں۔ فراغت کیوقت مقعد (گُدا) کی رگوں اور دہانے پر دباؤ پڑتا ہے جس کی وجہ سے خون جمع ہو کر وہیں رُک جاتا ہے اور واپس نہیں آتا۔ اب یہ مجتمع خون مسّوں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ اِن مسّوں میں بادی کی وجہ سے درد اور تکلیف ہوتی ہے۔

اقسام۔ بواسیر کی دو قسمیں ہیں (۱) خونی (۲) بادی۔

خونی بواسیر میں بوقت حاجت ضروری مسّوں کے ساتھ فضلہ رگڑ کر خارج ہوتا ہے۔ اِس لئے مسّے پھُوٹ جاتے ہیں اور خون بہنے لگتا ہے۔

مریض مسّوں کے پھُوٹتے وقت سخت تکلیف پاتا ہے۔ مگر بہر درویش برجانِ درویش برداشت کر لیتا ہے۔ خون بکثرت نِکلنے سے خون میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور کئی خون کے امراض آگھیرتے ہیں۔

بادی بواسیر میں آنتوں کی ہوا (ریح) باہر نکلتی ہے تو مسّوں سے ٹکراتی ہے۔ اِس سے تکلیف پیدا ہوتی ہے۔ اور مریض درد سے بے چین ہو جاتا ہے۔

علامات۔ بواسیر میں مریض کی بھُوک مِٹ جاتی ہے۔ ہاضمہ جواب دے جاتا ہے اور اپھارہ غالب ہو جاتا ہے۔ اخراجِ خون سے مریض کمزور ہونے لگتا ہے۔ جائے پاخانہ (مقعد۔ گُدا) پر شدید جلن اور درد محسوس کرتا ہے۔ اُٹھتے بیٹھتے وقت بھی تکلیف ہوتی ہے۔ مرچ یا گرم کھانا بھی موافق نہیں آتا۔

علاج۔ قبض کُشائی بواسیر کا سب سے اعلیٰ اور واحد علاج ہے۔ بواسیر کے علاج میں سب سے پہلے قبض کو دفع کرنے کے لئے کوئی دوا از قسم اچھیا بھیدی رس۔ سکھ ویریچنی وٹی یا ابھیا ارشٹ وغیرہ دیں۔ اِس سے

آنتوں میں جمع شدہ فضلہ یعنی پاخانہ نرم ہو کر باہر نکلے گا اور اپنی نرمی کی وجہ سے مسّوں کو چھیڑے گا نہیں۔ بلکہ آسانی سے اِس طرح خارج ہو جائے گا کہ کسی کو خبر تک نہ ہو سکیگی۔ اور مریض بوقتِ حاجت ضروری راحت و آرام پائیگا۔

قبض کُشائی کے علاوہ معدہ و آنتوں کی ہوا کو بھی باہر نکالنا چاہیئے۔ خواہ وُہ پاخانے کے ساتھ نِکلے یا بادِ مخالف (پاد) کی صُورت میں۔

اِس مطلب کے لئے ابھیا ارشٹ یا پپلی آسو دینا چاہیئے۔ اِس سے جگر کو طاقت ملتی ہے اور جگر سے صفراوی مادہ آنتوں میں اُترتا ہے۔ جس سے پاخانہ بافراغت آنے لگتا ہے۔ پیٹ کی ہوا بھی پاخانے کے ساتھ ہی رفع ہو جاتی ہے۔ آئندہ ہوا کو پیدا ہونے کا کوئی موقعہ نہیں مِلتا۔ بادی بواسیر میں ارشش کٹھار رس بیحد مُفید ثابت ہوتا ہے۔ ارشش کٹھار رس سخت پاخانہ کو نرم کر کے باہر نکالتا ہے اور مسّوں کو خشک کرتا ہے۔ جس سے مریض تسکین پانے لگتا ہے۔

بواسیر کے مسّوں میں جلن سے جائے پاخانہ کے گرد سوزش ہو تو سبز بھنگ کو رگڑ کر ٹکیاں بنالیں۔ اِن ٹکیوں کو گھی میں تل کر مسّوں پر باندھنے سے بواسیری مسّوں کی جلن درد اور تکلیف دُور ہو جائیگی۔

قبض

اِنسانی جسم کو اِس مشینری سے مشابہت دی جا سکتی ہے جیسے چلانے کے لئے ایندھن کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہر بار نیا ایندھن ڈالنے سے پہلے "بھٹی" کو اچھی طرح راکھ وغیرہ سے صاف کر لیا جاتا ہے تاکہ "بھٹی" میں آگ اچھی طرح جلائی جا سکے۔

معدہ بھی ایک بھٹی ہے۔ جس کا ایندھن خوراک (اناج۔ سبزیاں۔ پھل گوشت وغیرہ) ہے۔ جسم کے تمام اعضاء کو تندرست بنائے رکھنے کے لئے خوراک درکار ہوتی ہے۔ خوراک معدہ کی بھٹی میں پکنے کے بعد رس تیار کرتی ہے۔ یہ رس جگر میں خون وغیرہ بننے کے لئے چلا جاتا ہے۔ اور باقیماندہ فضلہ آنتوں میں اُتر آتا ہے۔ اب اگر یہ فضلہ وقتِ معینّہ پر بذریعہ مقعد (گدا) خارج نہیں ہوتا تو ہم اِسے قبض کہہ سکتے ہیں جو کہ تمام امراض کی ماں (اُمّ الامراض) ہے۔

اسباب اِس مرض کے یہ ہیں کہ دیر ہضم۔ ثقیل روغنی غذا۔ بیسداز قسم پھنڈی کچالو وغیرہ۔ زیادہ پسا ہُوا اناج۔ میدہ اور میدہ سے بنی مٹھائیاں۔ پکی اور سڑی ہوئی غذا بے وقت کھانا۔ یہ سب قبض کے ذِمّہ دار ہیں۔ عِلاوہ ازیں ایک طبیبانہ نکتہ یہ بھی ہے کہ جگر سے خارج ہونیوالا صُفراوی مادہ (پِت) آنتوں میں گر کر جمع شُدہ فُضلے کو پاخانہ کی شکل میں باہر نکال دیتا ہے۔ اگر یہ صُفراوی مادہ کم مِقدار میں آنتوں کی طرف آئے گا تو ظاہر ہے کہ فضلہ کو باہر نکلنے میں مدد نہیں ملیگی اور آنتوں میں ہی سڑاند پیدا کرتا رہیگا۔
آنتیں معدہ سے حاصِل شُدہ فضلہ کو قبول و خارج کرنے کے لئے ایک قسم کی مخصوص حرکات میں مصرُوف رہتی ہیں۔ اِن حرکات (MOVEMENTS) کے کمزور و سُست پڑ جانے سے قبض کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ مگر اِن کا کمزور و سُست پڑنا در اصل جگر سے آمدہ صُفراوی مادے کی کمی و دیگر بُنیادی اسباب سے ہے۔

قبض سے ہاضمہ کی کمی۔ بھوک نہ لگنا۔ حرارتِ معدہ کم ہونا۔ اپھارہ۔ غذا سے بے رغبتی۔ پیٹ کا بھاری پن۔ جماہیاں۔ سر چکرانا۔ پیٹ درد و دیگر شکایتیں پیدا ہو جاتی ہیں جو رفتہ رفتہ خطرناک بیماری کی صُورت اختیار کر لیتی ہے۔ لہٰذا قبض سے حافظہ

میں چوکنا رہنے کی ضرورت ہے۔ جہاں کہیں اِس امر کی صُورت پیدا ہو فوراً توجہ کرنی چاہیئے۔

علاج۔ قبض کے علاج میں دافعِ قبض ملیّن دوائیں دیں۔ مثلاً اچھیا بھیدی رس۔ گلقند۔ مربّہ ہرڑ وغیرہ۔ مگر اچھیا بھیدی رس آنتوں کو فضلے سے مکمّل طور پر صاف کر دیتا ہے۔

معمُولی قبض اور نازک مزاج والوں کے لئے سُکھ وریچنی وٹی مفید رہتی ہے۔ ناراچ رس۔ گھوڑا چولی رس۔ کماری آسو۔ ابھیا ارشٹ۔ دراکشاسو اور پپلی آسو بھی اِسی مقصد کے لئے اِستعمال کئے جاتے ہیں۔

پیٹ کے کیڑے (کِرم اِمعا)

اسباب۔ نئے اناج۔ زیادہ میٹھی غذائیں۔ گُڑ یا گُڑ سے بنی اشیاء۔ اُڑد کی پیٹھی و دیگر ثقیل و قابض اور دیر ہضم غذاؤں کا زیادہ کھانا۔ فضلہ آنتوں کے اندر سڑاند پیدا کرتا ہے۔ وہ کیڑے کثیر تعداد میں پیدا ہو کر تکلیف و مرض کا باعث بن جاتے ہیں۔

علامات۔ پیٹ میں ہوا پیدا ہونا۔ جی متلانا۔ مقعد (گدا) میں خارش۔ جلن محسُوس کرنا۔ پاخانہ کے ساتھ چھوٹے بڑے کیڑوں کا خارج ہونا کیڑوں کی حرکات سے بسا اوقات اختلاج بھی لاحق ہو جایا کرتا ہے۔

نقصان۔ خوراک بخُوبی ہضم نہیں ہوتی بلکہ کیڑوں کی نذر ہو جاتی ہے۔ مریض میں خون کی کمی کی وجہ سے اس کی رنگت سفید پڑ جاتی ہے اور کمی خون

سے کئی دیگر امراض سے بھی دوچار ہو جانے کا اندیشہ ہو جاتا ہے۔ پیٹ اور آنتوں میں درد ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ آنتوں کو سخت نقصان پہنچتا ہے۔

علاج علاج میں دو باتوں کو سامنے رکھیں۔ اوّل یہ کہ یہ نامراد خبیث کیڑے زندہ یا مُردہ بذریعہ پاخانہ خارج ہو جائیں۔ دوم یہ کہ قاتلِ دیدان دوا کے استعمال سے کُلّی طور پر ہلاک ہو جائیں۔

چونکہ یہ کیڑے آنتوں کے اندر اپنی کمین گاہیں بنا کر چھپے رہتے ہیں اس لئے عام اور ہلکی دوا ان کیڑوں پر کوئی اثر نہیں کر سکتی۔

اس مقصد کے لئے انہیں باہر نکالنے کے لئے یہ تدبیر کرنی چاہیئے کہ رات کے وقت مریض کو گڑ کے چاول کھلائیں۔ کیونکہ یہ کیڑے گڑ پر فریفتہ ہوتے ہیں اور گڑ کی خوشبو پا کر دعوتِ طعام کے لئے باہر نکل آتے ہیں۔ بس اب یہی نادر موقعہ ہوتا ہے کہ مریض کو دوسری صبح اچھا بھیدی رس کا جلاب دیں۔ کیڑے کثیر تعداد میں بذریعہ دست (اسہال) خارج ہو جائیں گے۔ اس عمل کے بعد بقایا کیڑوں کو ہلاک کرنے کے لئے کِرمی کُٹھار رس دیں۔ یہ رس ان کیڑوں کا سخت دشمن ہے۔ جراثیم کش ہونے کی وجہ سے یہ پیٹ و انتڑیوں میں باقاعدگی سے کیڑوں کا قلع قمع کر دے گا۔

ایک ہفتہ بعد مذکورہ بالا عمل دوبارہ کریں۔ مکمل علاج و کیڑوں سے نجاتِ کُلّی حاصل کرنے کے لئے ایک دو ہفتہ مزید یہ عمل کریں۔ یہ نامعقول کیڑے ہمیشہ ہمیشہ کے لئے نیست و نابود ہو جائینگے۔ عام حالتوں میں جبکہ اس عمل کی ضرورت نہ ہو تو کھانا کھانے کے بعد "وڈنگارشٹ" پلائیں۔ یہ ارشٹ بھی دافع کرم ہے۔ خون کی کمی ہو تو "نوائس لوہ" بھی دیتے رہیں۔ "نوائس لوہ" صالح خون پیدا کر کے جسم و چہرے کی سفیدی و بے رونقی

کو سُرخی و شادابی میں تبدیل کر دیتا ہے اور کمزور و ناتواں جسم کو واقعی لوہے کی لاٹھ بنا دیتا ہے۔

یرقان (پانڈو)

اسباب: ثقیل، بیدار غذائیں، گرم مصالحہ جات۔ شراب و مچھلی کا بکثرت استعمال۔ جگر سے خارج ہونیوالے صفراوی مادہ (پت) کو آنتوں میں گرنے سے روک دیتا ہے۔ نالیوں کی رکاوٹ کے سبب صفراوی مادہ (پت) آنتوں کی بجائے خون میں شامل ہونے لگتا ہے۔ دورانِ خون اسکی زردی (پیلاپن) جلد کی نچلی سطح میں جمع ہونے لگتی ہے جس سے جسم کی رنگت زرد اور آنکھیں، چہرہ، ہونٹ، ناخن سب پیلے پڑ جاتے ہیں۔ پیشاب کے راستہ پت (صفرا) خارج ہونے سے پیشاب بھی پیلا آتا ہے۔ مگر پاخانہ کی رنگت سفید ہوتی ہے۔ کیونکہ پت آنتوں کے ذریعہ باہر نہیں نکلتی۔ بلکہ جگر میں ہی رُکی رہتی ہے اور وہیں سے خون کیساتھ مل کر گردش کرتی ہے۔

علامات: ذائقہ کڑوا۔ بے چینی۔ گھبراہٹ۔ بخار۔ پت۔ خون کے سُرخ ذرات کو کم کر کے پیلاپن پیدا کر دیتی ہے اور مریض کا جسم پیلا پڑ جاتا ہے۔ آنکھوں کی سفیدی میں پیلاپن آ جاتا ہے۔ ناخن تک پیلے پڑ جاتے ہیں۔ نیز بھوک بھی ختم ہو جاتی ہے۔

علاج جگر میں سے پت کو خارج کرنے والی ادویات دیں جو جگر کی ان نالیوں کو بھی کھول دیں جن کے بند ہونے سے پت آنتوں میں نہیں اترتی۔

ان میں بطور مفردات ہرڑ۔ ترپھلا۔ گلگی۔ کوڑ۔ گھی کنوار اور نوشادر ہیں۔ دیگر مرکبات جو جگر سے پت کو خارج کر کے آنتوں میں لاتے ہیں وہ یہ ہیں:۔ نوائس لوہ۔ کماری آسو۔

ابھیا ارشٹ ۔ اروگیہ وردھنی وٹی ۔ کشتہ منڈور ۔ پنرنوادی منڈور ۔

"نوائس لوہ" خون کے سرخ ذرات بڑھاتا ہے ۔ بھوک لگاتا ہے ۔ صفرا کو خارج کرنے میں مدد دیتا ہے ۔ جگر کی اصلاح کرتا ہے ۔

اگر ان ادویات کیساتھ ترپھلا نوشادر وغیرہ بطور انوپان (بدرقہ) دیا جائے تو ان سے زیادہ فائدہ حاصل ہوتا ہے ۔

کھانسی (کاس یا سرفہ)

اسباب ۔ ترش ۔ تیل میں تلی اشیاء ۔ اچار ۔ تیز مصالحہ جات ۔ انگور وغیرہ کے استعمال سے گلہ ۔ ناک و پھیپھڑوں کی جھلی میں سرسراہٹ سے سوزش ہونے لگتی ہے ۔ جس کے باعث کھانسی ہونے کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے ۔

علامات ۔ کھانسی دو طرح کی ہوتی ہے ۔ بلغمی و خشک ۔ بلغمی کھانسی میں سرسراہٹ سے جھلیوں میں سے بلغم رِس کر نمودار ہوتی رہتی ہے ۔ اور کھانستے کھانستے بلغم بھی خارج ہوتی ہے نیز نزلہ ۔ زکام اور بخار بھی ہو جاتا ہے ۔ جسم ٹوٹنا یا سر میں بھاری پن بھی عام علامات ہیں ۔

خشک کھانسی میں مریض بلغم خارج نہیں کرتا مگر کھانستے کھانستے بے حال ہو جاتا ہے ۔ کالی کھانسی بھی اسی کی علیحدہ شاخ ہے جو ایک متعدی بیماری ہے اور بالعموم کم عمر بچوں کو ہو جایا کرتی ہے ۔

علاج ۔ بلغمی کھانسی کا علاج تالیس آدی چورن ۔ کف کیتو رس ۔ کنک آسو ۔ کشتہ مرجان ۔ کشتہ ابرک سیاہ ۔ کشتہ بارہ سنگھا ۔ لونگادی وٹی ۔ کھدرادی وٹی وغیرہ سے کریں ۔

خشک کھانسی میں جھلی کو رطوبت دینے والی ادویہ دیں ۔ مثلاً ستو پلادی چورن ۔ چیندرامرت رس ۔ ایلادی وٹی ۔ چون پراش ۔ دراکشاسو دیں ۔

دراکشاسو و چون پراش کھانسی کے علاوہ پھیپھڑوں کو طاقت دینے میں بھی بے عدیل ہے ۔ خشک کھانسی میں جبکہ پھیپھڑے کمزور ہو گئے ہوں تب ان کا استعمال بے حد مناسب رہتا ہے ۔

دمہ (ضیق النفس)

اسباب ۔ دیرینہ کھانسی کی وجہ سے پھیپھڑوں اور سانس کی نالیوں کی دیوار کی لچک کم ہو جاتی ہے اور سختی پیدا ہو جاتی ہے ۔ اس سے مریض کو سانس لینے میں سخت دشواری ہوتی ہے ۔ کیونکہ سانس لیتے وقت تنفس کی نالیاں پوری طرح نہیں پھیل پاتیں ۔ اور بے چینی و گھبراہٹ کا باعث بن جاتی ہیں ۔ دم پھولنے لگتا ہے ۔ سخت قسم کی کھانسی پیدا ہونے سے تنفس کی جھلیوں میں سرسراہٹ پیدا ہوتی ہے ۔ بلغم موجود رہتی ہے ۔ نالیوں کا سخت ہونا ۔ وائیو کی وجہ سے خشکی پیدا ہوتا ہے ۔ اسی لئے سرما میں سرد ہوا سے یا برسات کے موسم میں دمہ کا دورہ زیادہ ہوتا ہے ۔

اقسام ۔ دمہ کی دو اقسام ہیں (۱) بلغمی (۲) خشک ۔

(۱) بلغمی دمہ میں مریض کی جھلیاں اور سانس کی نالیاں بلغم سے بھری رہتی ہیں ۔ کھانستے کھانستے جب بلغم خارج ہوتی ہے تب مریض کو تسکین ملتی ہے ۔

(۲) خشک دمہ میں مریض کھانستے کھانستے بے دم ہو جاتا ہے ۔ مگر بلغم خارج نہیں

ہوتی۔ اِس وجہ سے گھبراہٹ اور تکلیف محسوس ہوتی ہے۔

علاج۔ شواس کُٹھار رس۔ ستوپلادی چُورن۔ تالیس آدی چُورن۔ چیون پراش۔ دراکشا سو۔ کنک آسو۔ بانسہ اولیہ۔ ایلادی وٹی۔ کھدرادی وٹی۔ سِدھ مکردھوج۔ مُل سیندھور۔ کُشتہ بارہ سنگھا۔ کُشتہ تانبہ۔ کُشتہ مورپنکھ وغیرہ۔

تپ دِق (راج یکھشما)

گرنتھوں میں اِس بخار کو "کھشے" یعنی بیحد کمزور ہونا کہا جاتا ہے۔

اِس کا سبب ایک عرصہ تک بخار کا قائم رہنا۔ بخار کیساتھ کھانسی اور بلغم ہوتا ہے چُونکہ رس بخوبی نہ پکنے کے سبب خُون نہیں بنتا اِسی وجہ سے بلغم بکثرت پیدا ہونے لگتی ہے بدن کو اپنی طاقت اور افعال برقرار رکھنے کے لئے جو غذائیت درکار ہوتی ہے وہ نہیں ملتی۔ اِس لئے جسم میں خُون کی کمی سے دیگر دھاتوؤں میں کمی واقع ہونے کے سبب حد درجہ کمزوری آجاتی ہے۔ زیادہ کمزوری سے ہلکا ہلکا بخار بھی محسوس ہوتا رہتا ہے۔ قوتِ مدافعت (امراض کا مقابلہ کرنیوالی طاقت) بھی آہستہ آہستہ سُست ہوتے ہوئے معدوم ہو جاتی ہے طبِ فرنگی کے نظریے کے مُطابق تپدق ایک متعدی مرض ہے جس کا سبب ایک خاص جرثومہ ہوتا ہے۔ انگریزی میں اِسے ٹیوبرکولوسز (TUBERCULOSIS) کہا جاتا ہے۔ یہ خطرناک جراثیم جسم کے جس حصہ پر قابض ہوتے ہیں اُسے دیمک کی طرح چاٹ جاتے ہیں۔ مثلاً پھیپھڑوں۔ ہڈیوں۔ غدُودوں (GLANDS) اور آنتوں کا تپدق ہونا۔

علامات و اسباب۔ تپدق کا سب سے بڑا سبب عام جسمانی کمزوری خُون کم مقدار میں پیدا ہونا۔ بلغم کی زیادتی۔ ہلکا

ہلکا بخار رہنا۔ بھوک نہ لگنا۔ قبض۔ جسمانی سُستی۔ کثرتِ جماع۔ ویرج کا ختم ہونا۔ ناقص غذا (باسی یا جلی ہوئی گلی سڑی یا بدبُودار) تنگ و تاریک بوسیدہ مکانوں میں رہنا۔ غم و فکر میں غلطاں رہنا۔ اُداسی غُصّہ وغیرہ۔

علاج۔ اِس مرض کے لئے سونے کے مرکّبات و سونے کا اِستعمال بیحد مُفید واکسیر مانا گیا ہے۔ آیورویدگرنتھوں نے تپدق کے لئے "سونا" ایک واحد دوا تجویز کی ہے۔ سونا زبردست جراثیم کُش ہونے کے علاوہ مقوّی بدن بھی ہے۔ اِسمیں تپدق کے خطرناک جراثیم کو آناً فاناً ہلاک کرنیکی طاقت موجود ہے سونے کے ترکیبات دینے سے تپ دق کے جراثیم ہمیشہ کے لئے نیست و نابُود ہو جاتے ہیں اور مدقُوق (دِق زدہ) روز بروز صحت و تندرستی کے علاوہ حیرت انگیز مسرّت بھی محسوس کرنے لگتا ہے۔ اِس مطلب کے لئے آیوروید نُسخہ جات کے مطابق تیار کردہ بسنت مالتی رس۔ سِدھ مکردھوج۔ کُشتہ سونا۔ کُشتہ موتی۔ شرنگار ابرک۔ کُشتہ موتی سیپ کُشتہ ابرک سیاہ۔ دراکشا سو۔ چیون پراش۔ ستوپلادی چُورن۔ سرو جوَر ہر لوہ وغیرہ تپدق میں دیئے جاتے ہیں۔

فسادِ خُون

خُون ہر جاندار کی صحت اور زندگی کی واضح شہادت ہے۔ یہ خوراک کے جُزو بدن بننے کیساتھ پیدا ہونیوالا وہ جوہر ہے جس کے طفیل جسمانی اعضاء اپنی اپنی غذائیت حاصل کرکے نشوونما پاتے ہیں۔ جسم میں گندے و ناقص خُون کے سبب مہلک امراض پیدا ہوتے ہیں۔ نیز چہرے کی خوبصورتی میں بھی کافی فرق پڑ جاتا ہے۔

مختلف امراض کے جراثیم خون میں شامل ہو کر جسم کے رگ و ریشوں میں پھیل کر پرورش پاتے رہتے ہیں۔ کثافتِ خون سے کئی عارضے شروع ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا حصولِ صحت و تندرستی کے لئے یہ ضروری ہے کہ خون کو جراثیم کی آلودگی سے پاک و صاف کیا جائے۔

زہریلے و گندے خون سے جلد پر مختلف قسم کے پھوڑے اور پھنسیاں نمودار ہو جایا کرتی ہیں۔ علاوہ ازیں خارش۔ داد (دھدّر) چنبل۔ ایگزیما وغیرہ بھی خون کے زہریلے تاثرات کی وجہ سے لاحق ہوتے ہیں۔ پھوڑے پھنسیوں میں سفید مواد (پاکا) کا پیدا ہونا جراثیم کی کثرت کی دلیل ہے۔

عام طور پر موسم برسات میں خون کے غلیظ ہونے سے ہی پھوڑے پھنسیوں کی شکایت پیدا ہوتی ہے۔ زیادہ میٹھی اشیاء کھانا یا گرم خشک غذائیں کھانے سے بھی خون میں بگاڑ آ جاتا ہے اور جراثیم کو پرورش پانے میں مدد ملتی ہے۔

علاج۔ کڑوی اور ٹھنڈی نیز مصفّی خون ادویات کا استعمال کرنا خون کے بگاڑ کو درست کرتا ہے۔ خون کی صفائی سے پھوڑے اور پھنسیاں خشک ہو کر قطعی طور پر رفع ہو جایا کرتی ہیں۔ زہریلے تاثرات بھی ختم ہو جاتے ہیں اور جلد صاف ہو کر نکھر آتی ہے۔

حصولِ علاج کے لئے رس مانکیہ۔ شدھ گندھک۔ ساریوادی آسو کھدّر ارشٹ ل سندھور، تال سندھور اور سدرشن چورن دیں۔ مریچ آدی تیل بیرونی استعمال کے لئے مفید ہے۔ یہ جراثیم کش ہونے کے علاوہ جلد کو بھی صاف کرتا ہے۔ خارش و پھنسیوں کو دور کرتا ہے۔

ریاحی امراض

قدیم گرنتھوں میں ماہرینِ فن نے ریح (وائی) کے ۸۰ امراض تجویز کئے ہیں۔

اگر جسم میں وائی کم ہو تو کاہلی سُستی پٹھوں (اعصاب) میں رکاوٹ و دیگر اعضاء کی نقل و حرکت میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔

وائی کی کثرت سے جسم میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے۔ جلد کی رنگت سیاہی مائل ہو جاتی ہے۔ پٹھوں و دیگر اعضاء کا پھڑکنا (تختلج الاعضاء) وجع المفاصل (جوڑوں کا درد) قبض۔ رینگھن۔ گنٹھیا۔ فالج۔ لقوہ۔ رعشہ وغیرہ کی شکایات بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔

ریح کے باعث اعصاب میں خشکی سے تشنج (اینٹھن) پیدا ہوتا ہے جو شدید درد کا باعث بن جاتا ہے۔

وائی یعنی ریح کی بدولت ہی آنتوں سے فضلہ خارج ہوتا ہے مثانہ سے پیشاب نکل کر عضوِ مخصوص کے سوراخ کی طرف جاتا ہے۔

ہاتھ پاؤں کی جنبش۔ پلکیں جھپکانا و دیگر حرکاتِ بدنی ریح (وائی) کی موجودگی سے ہوتے ہیں۔ لہٰذا اسی بناء پر جب ریاحی امراض (وائی روگ) غالب ہوتے ہیں تب حرکاتِ بدن میں سُستی پیدا ہو جاتی ہے اور بے حسی و سرد مہری کے ساتھ انسان کاہل الوجود ہو جاتا ہے۔

علاج۔ ارنڈ کا تیل (کسٹرائل) پلا کر پیٹ کو گندے مواد سے صاف کریں۔ اس سے قبض رفع ہو جاتی ہے اور ریاحی تاثرات بھی کمزور و کم ہو جاتے ہیں۔ یوگراج گوگل۔ مہا یوگراج گوگل۔ وشمشٹی وٹی۔ ہنگو اشٹک چورن۔ سدھ مکردھوج

رس سندھور۔ مل سندھور۔ دشمول ارشٹ۔ کُشتہ شِنگرف۔ کُشتہ بارہ سنگھا۔ ایکانگ ویر رس بہترین ادویات ہیں۔

خارجی استعمال کے لئے مہا نارائن تیل کی مالش کریں۔

سوزاک (گنوریا)

یہ چھُوت دار مرض ہے جسمیں پیشاب کی نالی متورم ہو کر اس سے پیپ آنے لگتی ہے۔ اِنسان کے سِوا یہ مرض کِسی اور جاندار کو نہیں ہوتا۔

اسباب۔ شراب۔ مچھلی۔ گوشت۔ تیز و گرم مصالحہ جات کھانا۔ حائضہ (جسے حیض آ رہا ہو۔) عورت سے مُباشرت کرنا۔ فاحشہ عورتوں سے جماع کرنا۔

علامات۔ یہ مباشرت کرتے وقت محسوس نہیں ہوتا بلکہ دو چار روز کے بعد پیشاب کے وقت جب تکلیف اور جلن ہوتی ہے تو پیشاب رُک رُک کر قطرہ قطرہ آنے لگتا ہے۔ تب نیلے رنگ کی پیپ خارج ہونے لگتی ہے۔ گا ہے گا ہے خُون بھی جاری ہوتا ہے۔

علاج۔ جراثیم کُش، پیشاب آور اور مسکّن ادویات دیں۔ چندر پربھا وٹی۔ سار یوادی آسو۔ اُشیر آسو۔ چندن آسو حسب تدبیر دیں۔

آتشک (سفلس)

اسباب۔ چھُوت دار مرض ہے۔ نسلاً یہ نسلاً جاری رہتا ہے۔ اِس خبیث بیماری میں عُضوِ مخصُوص پر پھُنسی کی مانند زخم و سُوراخ ہو جاتا ہے۔ اِس میں سے رِسنے والا زہریلا مواد جِس جگہ لگتا ہے وہیں جلن و سُرخی پیدا کرتا ہے۔ مریض کو جسم میں آگ لگی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ فاحشہ عورتوں سے جماع کرنا اس مرض کا سب سے بڑا سبب ہے۔

علاج۔ امیر رس۔ شاریوادی آسو۔ مل سندھور۔ تال سندھور۔ تامر سندھور رس مانک۔ وغیرہ دیں۔

کمیٔ خُون (انیمیا)

علامات۔ چہرے پر پیلا پن۔ ہونٹوں کی پژمُردگی۔ ناخُنوں پر سفیدی جسم ہیں کاہلی۔ دِل و دِماغ کی کمزوری۔ کام کاج میں جلد تھکاوٹ محسوس ہونا۔ سر چکرانا۔ ہاتھ پاؤں پھُولنا۔

اِنسانی خُون میں سُرخ ذرّات کی موجُودگی فولاد کے جزو کی دلیل ہوتی ہے۔ فولاد سانس کی نالیوں میں آکسیجن کیسا تھ مِل کر بکثرت سُرخ ذرّات پیدا کرتا ہے جِسکی بدولت چہرے پر سُرخی و شادابی کا نِکھار رہتا ہے۔ خُون کی موجُودگی سے چہرے کا حُسن اور نظامِ جسم قائم رہتا ہے۔

اسباب۔ خُون میں فولاد کی کمی اور جگر کے فعل کی سُستی میں صفرا (پِت) خُون میں شامل ہو جاتا ہے۔ جِس سے خُون میں سُرخی کم ہو جاتی ہے اور پیلا پن نمُودار ہونے لگتا ہے۔ موجُودہ روشنی میں اِسے سفید ذرّات کی کثرت کہتے ہیں۔ خُون میں فولاد کے ذرّات کی کمی سے اعضائے جسم کی مکمّل طور پر پرورش نہیں ہوتی اور یہی وجہ ہے کہ تمام جسم میں کاہلی و کمزوری محسوس کیجاتی ہے۔

علاج۔ فولادی مرکّبات کا استعمال خُون میں فولاد کے جُزو کی کمی کو پورا کرنا

ہے۔ چہرے پر رونق آنے لگتی ہے اور جسم میں طاقت و چستی پیدا ہو جاتی ہے۔ فولاد جگر پر اثر انداز ہو کر صالح خون پیدا کرتا ہے اور مجملہ عوارض کو دفع کر دیتا ہے۔

کشتہ فولاد۔ کشتہ منڈور۔ کشتہ کیس۔ نوائس لوہ۔ لوہ آسو۔ کماری آسو۔ چندر آدی منڈور۔ چندر پربھاوٹی وغیرہ سے کمی خون کا علاج کیا جاتا ہے۔

امراضِ مرداں

جسم و صحت کی برقراری میں جن سات دھاتوؤں کو دخل ہوتا ہے اُن میں ویرج کا مقام سب سے زیادہ اہم ہے۔ گرنتھوں میں مرقوم ہے کہ ویرج جوہرِ اعظم ہے اِس کی حفاظت سے زندگی بڑھتی ہے اور اس کے ضائع کرنے سے موت قریب آتی ہے۔

ویرج کا اخراج محض حصولِ عیش و عشرت ہی نہیں بلکہ افزائشِ نسل (اولاد پیدا کرنا) بھی ہے۔ ویرج کو صرف موخر الذکر یعنی اولاد حاصل کرنے کے لئے ہی خارج کرنا چاہیئے۔ لذت کوشی کے لئے اِس تیمتی شے کو برباد کرنا صحت و تندرستی اور حسن و زندگی کو ختم کرتا ہے۔ ویرج کی کمی سے تمام جسم میں کمزوری آجاتی ہے۔ نظر، دِل، دماغ، گردہ مثانہ، جگر، معدہ سب ضعیف ہو جاتے ہیں۔ اِبتدا میں اِن کمزوریوں کا غلبہ محسوس نہیں ہوتا۔ رفتہ رفتہ جب تمام طاقتیں بے حس اور بیکار سی معلوم ہونے لگتی ہیں تب کہیں ویرج ضائع کرنے کی عظیم غلطی کا احساس ہوتا ہے۔

ویرج کے خارج ہونے کا سب سے بڑا اور قدرتی ذریعہ جماع ہوا کرتا ہے۔ علاوہ ازیں دیگر ذرائع غیر قدرتی ہوتے ہیں مثلاً مشت زنی۔ اغلام بازی وغیرہ۔ لڑکپن میں مشت زنی اور اغلام بازی کے سبب ویرج کچی حالت میں ہی کافی مقدار میں خارج

ہو جاتا ہے۔ نتیجہ کے طور پر ویرج پتلا (رقیق) اعصاب کمزور اور سست۔ مثانہ میں گرمی۔ گردوں میں کمزوری۔ جگر کے فعل میں سستی واقع ہو جاتی ہے۔ پٹھوں کی سستی سے عضوِ مخصوص میں بھی کمزوری آجاتی ہے اسمیں رکاوٹ کی طاقت بھی کم ہو جاتی ہے۔ فحش کلامی۔ بری صحبت۔ پراگندہ خیالات۔ جنسی ہیجان۔ سینما۔ فحش ناول وغیرہ کے باعث رات کو خواب میں منتشر خیالات دماغ پر دباؤ ڈالتے ہیں۔ دماغ تخیلِ جنس سے مغلوب ہو جاتا ہے اور آلاتِ منویہ و عضوِ تناسل (اِندری) میں تناؤ بیداری پیدا کر دیتا ہے جس کے سبب خواب کی حالت میں (بلا مقاربت) از خود ویرج ضائع ہو جاتا ہے۔ اِس حالت کو بدخوابی۔ سوپن دوش یا احتلام کہتے ہیں۔ جو ایک مردانہ مرض ہے اِس کی کثرت سے سُرعت انزال اور نامردی کی شکایت ہو جایا کرتی ہے۔

جریان

ویرج خارج ہونے کا راستہ مثانہ سے آگے عضوِ مردانہ کی جڑ میں کھلتا ہے اور بوقتِ مباشرت جب انزال ہوتا ہے تو از خود یہ راستہ کھل جاتا ہے تاکہ ویرج پیشاب کی نالی کی طرف جا سکے۔ اس راستہ ویرج کیساتھ ایک سفید رطوبت بھی شامل ہو جاتی ہے۔ جو ویرج کو باہر نکلنے میں امداد کرتی ہے۔ یہ رطوبت پیشاب کی نالی اور راستے کو نرم بنا دیتی ہے۔ جنسی خیالات کی پراگندگی اور پٹھوں کی کمزوری کے باعث خصیئے متورم ہو جاتے ہیں اور ویرج کچھ مقدار میں پیشاب کی نالی کے راستے میں آجاتا ہے اور اسی وقت عضوِ مخصوص کی جڑ کے غدود (پراسٹیٹ گلینڈز) بھی اپنا عمل شروع کر دیتے ہیں ان کی رطوبت بھی ویرج کے ساتھ مل کر باہر نکل آتی ہے۔ اِسے جریانِ منی کہتے

ہیں۔ پاخانہ کیوقت زور لگانیسے ویرج والی نالیوں پر دباؤ پڑتا ہے جس سے ویرج خارج ہوجاتا ہے۔ جریان کا ایک سبب قبض بھی ہوتا ہے۔ گرم یا خشک غذائیں کھانا بھی جریان پیدا کردیتا ہے۔

سرعت انزال

ویرج کے پتلے پن و مقامی پٹھوں کی سستی سے جماع کیوقت بغیر لذت ویرج جلد خارج ہوجاتا ہے۔ اِس میں جنسی مِلاپ کی بے تابی اور شہوانیہ جذبے کا غلبہ ویرج کو جلد از جلد خارج کردیتا ہے۔ مباشرت کے لئے ضروری ہے کہ جنسی معلومات سے واقفیت حاصل کی جاسکے تاکہ جنسی وظیفۂ کار میں کوئی خامی نہ رہے۔ سرعتِ انزال درحقیقت ایک طرح کا نامکمل جماع ہوتا ہے۔ اور نامردی کی وجہ بن جاتا ہے۔

نامردی

تین طرح کی ہوتی ہے۔ (۱) صحبت کیوقت عضو میں کمزوری آجانا (عضوی) (۲) صحبت کے وقت عضو میں شہوت کے جوش کی کمی (نفسیاتی) (۳) ویرج کا پتلاپن۔ سرعت انزال پٹھوں کی کمزوری وغیرہ (وظیفی)

علاج۔ جریان احتلام اور سرعت انزال کے لئے ویرج کو گاڑھا کرنے والی دوائیں دیں۔ مثلاً کشتہ قلعی۔ کشتہ تردھاتا۔ کشتہ مونگا۔ سورن بنگ۔ کشتہ سیپ۔ سناوری چورن۔ موصلی پاک۔ موصلی چورن۔

نامردی کے لئے کشتہ سونا۔ کشتہ شنگرف۔ کشتہ سنکھیا۔ کشتہ تانبہ۔ رس سندور۔ سِدھ مکردھوج۔ اشوگندھا ارشٹ وغیرہ دیں۔

ذیابیطس (مدھومیہہ)

پیشاب کے ساتھ ساتھ مٹھاس کا خارج ہونا مدھومیہہ ہے۔

علامات۔ پیشاب کی کثرت۔ بار بار اور زیادہ مقدار میں آنا۔ پیاس کی شدت وغیرہ۔

وجہ یہ ہے کہ جگر کے فعل کی کمزوری سے جگر زیادہ میٹھی چیزوں کے رس کو خون میں ملنے سے روک نہیں سکتا۔ اور مٹھاس خون میں داخل ہوجاتی ہے۔ خون اِس مٹھاس کو باہر نکالنا چاہتا ہے۔ اور وہ اِس مٹھاس یعنی شکر کو بذریعہ پیشاب باہر نکالتا ہے۔ پیشاب کی زیادتی سے جسم میں پانی کی ضرورت ہوجاتی ہے۔ اِس لئے پیاس بھی زیادہ لگتی ہے۔ بس یہی دو علامات ہیں جو مرض ذیابیطس کو ظاہر کرتی ہیں۔

علاج۔ بسنت کسماکر رس۔ کشتہ سونا اور سِدھ مکردھوج دیں۔ یہ طاقتور رس جسم میں طاقت پیدا کرکے بدنظامی پر قابو پالیتے ہیں۔ پیاس کی شدت بھی کم ہوجاتی ہے۔ پیاس کم لگنے سے پیشاب بھی کم خارج ہوگا۔

دماغ اور اِس کے امراض

اگر جسم ایک سلطنت ہے تو دماغ اِس کا حکمران ہے۔ حواس خمسہ (دیکھنا، سننا، چھونا، چکھنا، سونگھنا) کا تعلق بھی دماغ سے وابستہ ہے۔ دماغ تمام طاقتوں کا مرکز ہوتا ہے۔ اگر دماغی کمزوری ایک عرصہ تک رہے تو اِس حالت میں دماغی عوارض مثلاً فالج، سکتہ، جمود، مرگی، مالیخولیا اور پاگل پن وغیرہ آگھیرتے ہیں۔ اِس لئے

جب کبھی دماغی کمزوری محسوس ہو اس کا فوراً تدارک کرنا چاہیئے۔

دماغ کو کمزور بنانیوالی مندرجہ ذیل وجوہات ہوتی ہیں۔

جماع کی کثرت۔ رات زیادہ جاگتے رہنا۔ لہسن۔ پیاز۔ گرم مصالحہ جات۔ ہینگ و زعفران کا زیادہ استعمال۔ زرد کپڑے پہننا۔ تمام طرح کے کھٹے کھانے۔ گرم خشک غذائیں حقہ۔ تمباکو نوشی۔ سبزیوں میں کریلا۔ بینگن۔ میتھی وغیرہ مُضر دماغ ہیں۔

زیادہ جلاب لینے اور زیادہ پسینہ آنے سے بھی دماغ کو نقصان پہنچتا ہے۔

مندرجہ ذیل غذائیں دماغ کو تروتازہ اور صحت مند بناتی ہیں۔

گائے کا مکھن یا گھی۔ مغز بادام شیریں۔ سونف۔ تمام مغزیات از قسم ناریل۔ اخروٹ پستہ وغیرہ۔ گاجر۔ شلجم۔ برہمی بوٹی۔ بالائی۔ گھیا لوکی۔ پیٹھہ۔ کستوری۔ بریانی۔ کھیر۔ الائچی خورد یخنی پلاؤ۔ ورق چاندی وغیرہ۔

خوشبویات سونگھنا۔ پھولوں کی بہار سے لطف اٹھانا۔ سبزہ دیکھنا۔ جسم اور سر پر مالش کرنا۔ غسل کرنا۔ فکر و تردد سے بے نیاز رہنا۔ غم اور غصّے کو نزدیک نہ آنے دینا یہ سب دماغی ترقی اور طاقت میں امداد کرتے ہیں۔

دماغی کمزوری کے لئے مندرجہ ذیل آیورویدک مرکبات کارگر ثابت ہوتے ہیں۔

سِدّھ مکر دھوج۔ کشتہ سونا۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ مرجان۔ دراکشاسو۔ برہمی گھرت اشوگندھا ارشٹ۔ وشمشٹی وٹی وغیرہ۔

دل کے امراض

دماغ کے بعد دل کا مقام آتا ہے۔ دل حرارتِ غریزی کا سرچشمہ ہے۔ دل

کے مصروف رہنے سے تمام جسم کی مشینری درست رہتی ہے۔

دل جسم کا وہ عضو ہے جس پر زندگی کا انحصار ہوتا ہے اور سب سے پہلے یہی حرکت میں آتا ہے۔ موت کے وقت بھی یہی ساکن ہو جاتا ہے۔ دیکھنے سے دل مٹھی بھر گوشت کا لوتھڑا ہے مگر اپنے اندر ایک دنیا لئے ہوتا ہے۔ جیسے خون و حرارت کے ساتھ ملا جلا ایک جذبہ بھی ہوتا ہے اور اسکی ہزاروں شاخیں ہوتی ہیں۔

چونکہ دل اندیشوں۔ افکار۔ حزن و ملال اور افسردگی سے جلد متاثر ہو کر خائف ہو جاتا ہے۔ اس سبب دل کی طاقت کے لئے بے فکری۔ خوش مزاجی اور زندہ دلی درکار ہے۔

کمزور دل والے کو (HEART PALPITATION) دورۂ دل کا حملہ زندگی سے دور لے جاتا ہے۔ پہلے پہلے معمولی غشی ہوتی ہے۔ بعد میں مریضِ دل ہمیشہ کی نیند سو جاتا ہے۔

دل جسم کے ہر حصّہ کو خون پہنچاتا ہے۔ اس لئے ہر حصّہ سے آشنا ہوتا ہے۔ اگر جسم کے کسی حصّہ ناک منہ۔ پیشاب۔ زخم وغیرہ کے راستہ خون خارج ہو تب بھی دل کمزور ہو جاتا ہے۔ اور اسکی حرکات سست پڑ جاتی ہیں۔ کثرتِ مباشرت سے بھی دل ضعیف ہو جاتا ہے۔ گرم آب و ہوا۔ گرم خوراک۔ شراب نوشی۔ نشہ کا استعمال۔ سرخ مرچ گندا لباس پہننا۔ تاریک مکانوں میں رہنا۔ غم و غصّہ کرنا۔ خوف زدہ رہنا۔ مباشرت کے بعد غسل نہ کرنا۔ کمزوریٔ دل کے اسباب ہیں۔

دل کو طاقت اور فرحت پہنچانے کے لئے حسب ذیل ذرائع مفید ہوتے ہیں۔ کافور۔ صندل۔ دھوپ اگربتی۔ عطریات اور پھول سونگھنا۔ پھل کھانا۔ زود ہضم غذا کھانا۔ تربوز گاجر۔ آملہ۔ اناس۔ امرود۔ انار۔ گرہل۔ انگور۔ گلاب۔ عرق بید مشک و سیر و نظارہ کرنا

آیورویدک مرکبات یہ ہیں:۔ سدھ مکر دھوج۔ کشتہ سونا۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ عقیق

لکشمی وِلاس رس - ارجن ارشِٹ۔

بچّوں کے امراض

میرے نظریے کے مطابق ماسوا چند مخصوص امراض۔ بچّوں کے دانت نکالنے کے وقت۔ قے۔ سردرد۔ درد پیٹ۔ دست۔ نمونیہ وغیرہ کی علامات بالغوں کے امراض کی علامات کے مطابق ہیں۔ چونکہ علامات میں یکسانی ہے لہذا طریقِ علاج بھی ایک جیسی ہی ادویات سے ہونا چاہیئے مگر اسمیں ایک احتیاط یہ رکھنی چاہیئے کہ بچّہ کی عمر و طاقت کے مطابق دوا کی خوراک مقدار تجویز کی جائے۔ بچّہ کم عمری میں اپنی تکالیف کا احوال زبانی بیان کرنے سے قاصر ہوتا ہے۔ اِس لئے معالج کو ہوشیاری کیساتھ تشخیص مرض کرنا واجب ہے۔ بچّوں کے ضمن میں غور طلب بات یہ ہے کہ بچے نازک بدن ہوتے ہیں اور یہی زمانہ اُن کی نشوونما کا ہوتا ہے۔ اُنہیں وقت مقررّہ پر خوراک دیں۔ خوراک کی بے قاعدگی سے بچّے مختلف اقسام کی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ دانت نکالتے وقت بچّوں کے مسوڑھوں میں سرسراہٹ ہوتی رہتی ہے جس کے باعث دماغی اعصاب میں بدانتظامی واقع ہو جاتی ہے۔ اِس سے نظامِ معدہ میں بھی خلل آجاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دانت نکالتے وقت اکثر بچّے سر کا بھاری پن۔ دست۔ قے۔ بدہضمی وغیرہ کا شکار ہوتے ہیں۔

بچّوں کی ہڈّیوں کی مضبوطی و پرورش بدن کے لئے کیلشیم (چُونا) والی ادویات و خوراک درکار ہوتی ہے۔ کیونکہ اِس عمر میں بچّوں کے تمام اعضاء تیزی سے بڑھنے کی طرف راغب ہوتے ہیں۔ کیلشیم کی کمی سے بچّوں کو مٹّی کھانے کی عادت پڑ جاتی ہے۔ جن بچّوں کی خوراک میں کیلشیم زیادہ مقدار میں ہوتا ہے اُنہیں دانت نکالتے وقت تکالیف برداشت

نہیں کرنی پڑتیں۔ کیونکہ بچّوں کو مطلوبہ غذائیت پُوری مقدار میں ملتی رہتی ہے جو جگر کے فعل کی دُرستی سے جزوِ بدن ہوتی ہے۔ لہذا جگر کے نظام کو تقویت دینے و دُرست رکھنے کے لئے جگر کی طرف بھی توجہ درکار ہے۔

بچّوں کو ہر کیساتھ کُشتہ موتی۔ کُشتہ شنکھ۔ کُشتہ کوڑی۔ کُشتہ موتی سیپ۔ کُشتہ مونگا وغیرہ بلاخوف دیئے جاتے ہیں۔ اِس سے دانت نکالتے وقت اُنکی مصیبتیں بھی کم ہو جاتی ہیں۔ جگر کو طاقت ملنے سے خوراک ہضم ہوتی ہے اور بچّے ترقی کیساتھ نشوونما پاتے رہتے ہیں۔ اگر بچّے کو بعد از تشخیص مرض عمر اور طاقت کے مطابق دوا دیجائے تو یقین کامیابی ہوتی ہے۔

زنانہ امراض

مرد اور عورت کے امراض میں امتیاز یہ ہے کہ عورتوں کے تولیدی اعضاء کی ساخت مردوں کے قطعی مختلف ہوتی ہے۔ رحم کی موجودگی سے بچّہ پیدا ہونیکی اُمید وابستہ ہوتی ہے۔ رحم کا تعلق ماہواری خُون سے (خُونِ حیض) ہے۔ اگر خُونِ حیض باقاعدگی سے (صاف ستھرا سُرخ رنگت کا) صحیح حالت و صحیح مقدار میں آتا ہے تو اس کا مطلب کرمِ اولاد کا رحم میں ہونا ہوتا ہے۔ ماہواری کے بعد یہ کرم اپنی مخصوص جگہ OVARION GLAND سے نکل کر اپنا سفر جاری کرتے ہیں اور رفتہ رفتہ رحم میں داخل ہو جاتے ہیں۔ جہاں مرد کی منی کے کرموں سے اِن کا مِلاپ ہوتا ہے۔ ماہواری خُون کا فعل رحم کو ہر قسم کی آلودگی سے پاک صاف کرنا ہے۔ پاکیزگی رحم سے اِس میں استقرارِ حمل کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔

ماہواری خون کی زیادتی یا کمی۔ بے قاعدگی (دیر سے یا جلدی آنا) ایام ماہواری میں درد محسوس کرنا۔ خونِ حیض میں نیلاہٹ، سیاہی وغیرہ یا بے قاعدگی۔ یہ زنانہ امراض ہیں۔

خونِ حیض کی بے قاعدگی کی وجہ سوزش و زخمِ رحم ہے۔

خونِ حیض کی بے قاعدگی و خرابیٔ حیض کے سبب رحم میں اولاد پیدا کرنے کی اہلیت نہیں رہتی۔ اس لئے حصولِ اولاد کی خاطر علاج زنانہ کے لئے سب سے پہلے خونِ حیض کی اصلاح کریں۔

لیکوریا (سیلان الرّحم) :- اندامِ نہانی میں سوزش۔ جلن خارش۔ گندگی۔ زخم وغیرہ

سے اندرونی جھلی میں سرسراہٹ ہوتی رہتی ہے۔ نیز گندے خیالات۔ فحش ناول پڑھنا۔ سینما دیکھنا۔ جماع کی خواہش وغیرہ لیکوریا کے اسباب ہیں۔ علامت اس کی یہ ہے کہ اندامِ نہانی سے سفید زردی مائل یا نیلگوں لیسدار رطوبت بہتی رہتی ہے۔ عورت کا معدہ کمزور ہو جاتا ہے۔ بھوک کم لگتی ہے۔ جسم سست و نڈھال سا رہتا ہے۔ کمر میں درد۔ ہاتھ پاؤں میں سستی۔ خون کی کمی۔ سر چکرانا۔ کام کاج میں تھکاوٹ محسوس کرنا۔ دل دھڑکنا۔ گھبراہٹ۔

علاج۔ رجہ پرورتنی وٹی۔ اشوکا ارشٹ۔ یوگراج گوگل۔ کماری آسو حیض کی بے قاعدگی کے لئے اعلیٰ ادویات ہیں۔ خون کی کمی سے حیض میں کمی ہو تو نوانس لوہ دیں۔ یا کشتہ فولاد و کشتہ منڈور۔ لوہ آسو وغیرہ دیں۔

علاج لیکوریا۔ سپاری پاک۔ اشوکا ارشٹ۔ کشتہ سیپ۔

کشتہ مونگا۔ کشتہ سیپ۔ کشتہ بیضۂ مرغ۔ کشتہ ترِ دھاتا۔ چندر پربھا وٹی۔ سورن بنگ وغیرہ دیں۔

بانجھ پن

دنیا کی ہر عورت کی سب سے بڑی خواہش یہ ہوتی ہے کہ وہ ماں بنے۔ جن عورتوں کے ہاں اولاد نہیں ہوتی وہ اکثر مغموم، پریشان، اداس اور فکرمند رہنے لگتی ہیں۔ گھریلو کام کاج میں بھی ان کی کوئی دلچسپی نہیں رہتی۔ بعض عورتیں حصولِ اولاد کی خاطر کئی قسم کے گناہوں کا شکار بھی ہو جاتی ہیں۔

اولاد کے نہ ہونے کا سبب مرد اور عورت ہر دو میں موجود ہوتا ہے کیونکہ اولاد پیدا کرنے میں مرد و عورت کی منی کے تولیدی کیڑوں (SPERMATOZOEA) کا ملاپ ہونا ضروری ہوتا ہے۔ اگر مرد کے تولیدی کیڑے تندرست ہوں گے تو حمل فوراً قرار پا جائے گا۔ عیاش مردوں کی منی میں یہ تولیدی کیڑے کمزور ہو کر قطعی مر جاتے ہیں۔ اس وجہ سے بھی حمل قرار نہیں پا سکتا۔ مرد کا جنسی قوت سے محروم ہونا بھی بے اولادی کا سبب سمجھا جاتا ہے۔

عورت میں استقرارِ حمل نہ ہونے کی بہت سی وجوہات ہیں۔

۱:- بیضہ دانی (OVARIES) کا وجود نہ ہونا۔ یہ ناقابلِ علاج ہے۔

۲:- بیضہ دانی میں ورم ہونا۔ اس سے بناوٹ میں فرق آ جاتا ہے اور رسولی پیدا ہو جاتی ہے۔

۳:- بیضہ دانی کی نالیوں (قاذف) (FLOPIAN TUBES) میں ورم ہونا

یا کوئی اور نقص ہونا۔

۴:- رحم کی بناوٹ کا درست نہ ہونا۔ مثلاً رحم میں ورم ہونا۔ آگے یا پیچھے کو جھک جانا وغیرہ۔

۵- رحم میں تیزابی رطوبت کا بکثرت پیدا ہونا۔ جو مرد کی منی کے کیڑوں کو ہلاک کر دیتی ہے۔ اِس سے بھی حمل نہیں ٹھہرتا۔

۶- اندام نہانی کا بالکل تنگ ہونا۔ ورم ہونا یا شدید قسم کا سوزاک ہونا۔

۷- آتشک یا سوزاک ہونا۔

۸- عورت کا بیحد موٹا ہونا۔

۹- ایام حیض میں درد ہونا۔ اولاد پیدا ہونے سے روکتا ہے۔ کیونکہ درد سے عورت کو جماع کی خواہش نہیں رہتی۔

۱۰- پردۂ بکارت کا سخت ہونا۔

علاج - حمل قرار پانے کے لئے ضروری ہے کہ مرد کی منی کا کیڑا عورت کے بیضہ سے ملاپ کرے۔ اگر بیضہ دانی کی نالیوں میں نقص ہو تو بیضہ باسانی وقتِ مقررہ پر رحم میں نہیں جا سکتا۔ علاج میں یہ بات مدِ نظر رکھیں کہ اگر مرد میں کوئی نقص موجود نہ ہو تبھی عورت کے علاج کی طرف راغب ہونا چاہیئے۔

عورت کے رحم کی خرابیاں و نقائصِ حیض دور کرنے کے لئے اشوکا رشٹ۔

دشمول ارشٹ۔ رجہ پرورتنی وٹی کماری آسو استعمال کرائیں۔ عورت میں موٹاپے کے سبب حمل نہ ٹھہرنے پر اردگیہ وردھنی وٹی ویوگراج گوگل دیں۔ رحم میں ریاحی اثرات کی موجودگی در رحم کی کمزوری سے عورت میں استقرار حمل کی صلاحیت نہیں رہتی۔ اِس مطلب کے لئے اشوگندھا دی چورن و پھل گھرت مفید ثابت ہوتا ہے۔

حصولِ صحت پر ایک مُفید کتاب

"صحت کی دیکھ بھال"

صحت و زندگی کی دیکھ بھال کرنا بھی عبادت و بندگی میں شامل ہے

تندرست انسان کو دُنیا بھر کی خوشیاں میسّر ہوتی ہیں برخلاف اس کے مریض کے لئے دُنیا کی ہر نعمت اور زندگی کی ہر خوشی حرام ہو جاتی ہے۔

عُلماء کا قول ہے کہ صحت گراںقدر دولت ہے اسے کبھی بھی کھونا نہیں چاہیئے۔

اور وہ ایسی دولت ہے جو بادشاہوں کے خزانوں میں بھی کم یاب رہی ہے۔

صحت کی دولت کا خزانہ اُن کے حصّے میں آتا ہے جو اصُولِ حفظانِ صحت اور روزمرہ کے قوانین کو اچھی طرح جانتے ہیں۔ ان اصُولوں پر عمل پیرا ہو کر انسان خوشحالی کی زندگی بسر کر سکتا ہے۔ اور لمبی عمر پاتا ہے۔

قدیم گرنتھوں میں "دن چریا" اور "رتو چریا" کے نام سے مُفید ہدایات درج ہیں۔ کویراج وید پرکاش جی بی اے نے سنسکرت کے گرنتھوں کے مطالعہ کے بعد اس بے نظیر کتاب کو تالیف کیا ہے۔

کتاب زیرِ طباعت ہے ـــــ قیمت صِرف ایک روپیہ

پتہ

اشوک آیورویدک فارمیسی ۲۴ اکالی مارکیٹ امرتسر
